

শিবসংহিতা

প্রথমপটলঃ

অথ লয়প্রকরণম্ ।

একং জ্ঞানং নিত্যমাদ্যন্তশূন্যং

নান্যং কিঞ্চিদ্বর্ততে তে বস্তু সত্যম্ । (কিঞ্চিদ্বত্তে)

যদ্বৈদোন্মিগ্নিন্দ্রিয়োপাধিনা বৈ

জ্ঞানস্যাং ভাসতে নান্যথৈব ॥ ১.১ ॥

অথ ভক্তানুরক্তোহং বক্ষ্যে যোগানুশাসনম্ । (বক্তি)

ঈশ্বরঃ সর্বভূতানামাত্মমুক্তিপ্রদায়কঃ ॥ ১.২ ॥

তত্ত্বা বিবাদশীলানাং মতং দুর্জ্ঞানহেতুকম্ ।

আত্মজ্ঞানায় ভূতানামন্যগতিচেতসাম্ ॥ ১.৩ ॥

সত্যং কেচিংপ্রশংসন্তি তপঃ শৌচং তথাপরে ।

ক্ষমাং কেচিংপ্রশংসন্তি তথৈব সমমার্জবম্ ॥ ১.৪ ॥

কেচিদানং প্রশংসন্তি পিতৃকর্ম তথাপরে ।

কেচিংকর্ম প্রশংসন্তি কেচিদৈরাগ্যমুত্তমম্ ॥ ১.৫ ॥

কেচিদ্ধৃহস্বকর্মাণি প্রশংসন্তি বিচক্ষণাঃ ।

অগ্নিহোত্রাদিকং কর্ম তথা কেচিং পরং বিদুঃ ॥ ১.৬ ॥

মন্ত্রযোগং প্রশংসন্তি কিচিতির্থানুসেবনম্ ।

এবং বহুনায়াংস্তু প্রবদন্তি হি মুক্তয়ে ॥ ১.৭ ॥ (বিমুক্তয়ে)

এবং ব্যবসিতা লোকে কৃত্যাকৃত্যবিদো জনাঃ ।

ব্যামোহমেব গচ্ছন্তি বিমুক্তাঃ পাপকর্মভিঃ ॥ ১.৮ ॥

এতন্মতাবলম্বী যো লব্ধ্বা দুরিতপুণ্যকে ।

ব্রহ্মতীত্যবশঃ সোহত্র জন্মমৃত্যুপরম্পরাম্ ॥ ১.৯ ॥

অনৈর্মতিমতাং শ্রেষ্ঠৈর্গুণ্ডালোকনতং পরৈঃ ।

আত্মানো বহবঃ প্রোক্তা নিত্যঃ সর্বগতাস্থা ॥ ১.১০ ॥

যদ্যংপ্রত্যক্ষবিষয়ং তদন্যান্নাস্তি চক্ষতে ।

কূতঃ স্বর্গাদয়ঃ সন্তীত্যন্যে নিশ্চিতমানসাঃ ॥ ১.১১ ॥

জ্ঞানপ্রবাহ ইত্যন্যে শূন্যং কেচিংপরং বিদুঃ ।

দ্বাবেব তস্বং মন্যন্তেহপরে প্রকৃতিপুরুষৌ ॥ ১.১২ ॥

অত্যন্তভিন্নমতয়ঃ পরমার্থপরাস্থুথাঃ ।

এবমন্যে তু সঙ্কিন্ত্য যথামতি যথাস্রুতম্ ॥ ১.১৩ ॥

নিরীশ্বরমিদং প্রাহঃ সেশ্বরঞ্চ তথাপরে ।

বদন্তি বিবিধৈর্ভেদৈঃ সুযুক্ত্য স্থিতিকাতরাঃ ॥ ১.১৪ ॥

এতে চান্যে চ মুনয়ঃ সঞ্জ্ঞাভেদা পৃথগ্বিধাঃ ।

শাস্ত্রেষু কথিতা হ্যেতে লোকব্যমোহকারকাঃ ॥ ১.১৫ ॥

এতদ্বিবাদশীলানাং মতং বক্তুং ন শক্যতে ।

ভ্রমন্ত্যস্মিঞ্জনাঃ সর্বে মুক্তিমার্গবহিষ্কৃতাঃ ॥ ১.১৬ ॥

আলোক্য সর্বশাস্ত্রাণি বিচার্য চ পুনঃ পুনঃ ।

ইদমেকং সুনিষ্পন্নং যোগশাস্ত্রং পরং মতম্ ॥ ১.১৭ ॥

যস্মিন্শ্রুতং সর্বমিদং যাতং ভবতি নিশ্চিতম্ ।

তস্মিন্পরিশ্রমঃ কার্যঃ কিমন্যচ্ছাস্ত্রভাষিতম্ ॥ ১.১৮ ॥

যোগশাস্ত্রমিদং গোপ্যমস্মাভিঃ পরিভাষিতম্ ।

সুভক্তায় প্রদাতব্যং ত্রৈলোক্যে চ মহাত্মনে ॥ ১.১৯ ॥

কর্মকাণ্ডং জ্ঞানকাণ্ডমিতি বেদো দ্বিধা মতঃ ।

ভবতি দ্বিবিধো ভেদো জ্ঞানকাণ্ডস্য কর্মণঃ ॥ ১.২০ ॥

দ্বিবিধঃ কর্মকাণ্ডঃ স্যান্নিমেষধবিধিপূর্বকঃ ।

নিষিদ্ধকর্মকরণে পাপং ভবতি নিশ্চিতম্ ।

বিধিনা কর্মকরণে পুণ্যং ভবতি নিশ্চিতম্ ॥ ১.২১ ॥

ত্রিবিধো বিধিকূটঃ স্যান্নিত্যনৈমিত্তিকাম্যতঃ ।

নিত্যেহকৃতে কিঞ্চিৎ স্যাৎকাম্যে নৈমিত্তিকে ফলম্ ॥ ১.২২ ॥

দ্বিবিধকৃত্ত ফলং জ্ঞেয়ং স্বর্গো নরক এব চ ।

স্বর্গো নানাবিধশ্চৈব নরকোপি তথা ভবেৎ ॥ ১.২৩ ॥

পুণ্যকর্মাণি বৈ স্বর্গো নরকঃ পাপকর্মাণি । (পুণ্যকর্মণি, পাপকর্মণি)

কর্মবন্ধময়ী সৃষ্টির্নান্যথা ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ১.২৪ ॥

জন্মভিশ্চানুভূয়ন্তে স্বর্গে নানাসুখানি চ ।

নানাবিধানি দুঃখানি নরকে দুঃসহানি বৈ ॥ ১.২৫ ॥

পাপকর্মবশাদুঃখং পুণ্যকর্মবশাৎসুখম্ ।

তস্মাৎসুখার্থী বিবিধং পুণ্যং প্রকুরুতে ধ্রুবম্ ॥ ১.২৬ ॥

পাপভোগাবসানে তু পুনর্জন্ম ভবেৎথলু ।

পুণ্যভোগাবসানে তু নান্যথা ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ১.২৭ ॥

স্বর্গেহপি দুঃখসম্ভোগঃ পরস্ত্রীদর্শনাদ্ভুবম্ ।
ততো দুঃখমিদং সর্বং ভবেন্নাস্ত্যত্র সংশয়ঃ ॥ ১.২৮ ॥

তৎকর্মকল্পকৈঃ প্রোক্তং পুণ্যং পাপমিতি দ্বিধা ।
পুণ্যপাপময়ো বন্ধো দেহিনাং ভবতি ক্রমাৎ ॥ ১.২৯ ॥

ইহামুত্র ফলদ্বেষী সফলং কর্ম সন্ত্যজেৎ ।
নিত্যনৈমিত্তিকং সঙ্গং ত্যক্তা যোগে প্রবর্ততে ॥ ১.৩০ ॥

কর্মকাণ্ডস্য মাহাত্ম্যং জ্ঞাস্থা যোগী ত্যজেৎসুধীঃ ।
পুণ্যপাপদ্বয়ং ত্যক্তা জ্ঞানকাণ্ডে প্রবর্ততে ॥ ১.৩১ ॥

আত্মা বাহরেতু দ্রষ্টব্যঃ শ্রোতব্যোত্যাদি যচ্ছ্রুতিঃ । (বা রে চ) (শ্রোতব্যো মন্তব্য ইতি)
সা সেব্য তৎপ্রয়জ্ঞেন মুক্তিদা হেতুদায়িনী ॥ ১.৩২ ॥

দুরিতেষু চ পুণ্যেষু যো ধীর্ভূতিং প্রচোদয়াৎ ।
সোহং প্রবর্ততে মত্তো জগৎসর্বং চরাচরম্ ॥ ১.৩৩ ॥

সর্বং চ দৃশ্যতে মত্তঃ সর্বং চ ময়ি লীয়তে ।
ন তন্তিল্লোহমস্মীহ মন্তিল্লো ন তু কিঞ্চন ॥ ১.৩৪ ॥

জলপূর্ণেশ্বস্রোত্থেষু শরাবেষু যথা ভবেৎ ।
একস্য ভাত্যস্রোত্থং তদ্বদোহত্র ন দৃশ্যতে ॥ ১.৩৫ ॥

উপাধিষু শরাবেষু যা স্রোত্থা বর্ততে পরা ।
সা স্রোত্থা ভবতি যথা রবৌ চান্ননি তত্থা ॥ ১.৩৬ ॥

যথৈকঃ কল্পকঃ স্বপ্নে নানাবিধিতয়েষ্যতে ।
জাগরেহপি তথাপ্যেকস্তথৈব বহুধা জগৎ ॥ ১.৩৭ ॥

সর্পবুদ্ধির্থা রজৌ শুভৌ বা রজতব্রহ্মঃ ।
তদ্বদেবমিদং বিশ্বং বিবৃতং পরমাত্মনি ॥ ১.৩৮ ॥

রজুগুণাদ্যথা সর্পো মিথ্যারূপো নিবর্ততে ।
আত্মগুণাতুত্থা যাতি মিথ্যাভূতমিদং জগৎ ॥ ১.৩৯ ॥

রৌপ্যভ্রান্তিরিযং যাতি শুক্তিগুণাদ্যথা থলু ।
জগদ্ভ্রান্তিরিযং যাতি চান্নগুণাৎসদা তথা ॥ ১.৪০ ॥ (চান্নগুণাদ্যথা)

যথা বংশো রগভ্রান্তির্ভবেদেকবসাক্ষণাৎ ।
(যথা রজুগুণভ্রান্তির্ভবেদেবশাক্ষণাৎ)
তথা জগদিদং ভ্রান্তিরধ্যাসকল্পনাক্ষণাৎ । (ভ্রান্তিরভ্যাসকল্পনাক্ষণাৎ)
আত্মগুণাদ্যথা নাস্তি রজুগুণাদ্ভুজঙ্গমঃ ॥ ১.৪১ ॥

যথা দোষবশাক্ষুরূঃ পীতো ভবতি নান্যথা ।
অগুণদোষাদাত্মাপি জগদ্ভবতি দুষ্ট্যজম্ ॥ ১.৪২ ॥

দোষনাশে যথা শুক্লো গৃহ্যতে রোগিণা স্বয়ম্ ।

শুক্রগুণানাথগুণাননাশাদান্না তথা কৃতঃ ॥ ১.৪৩ ॥

কালগ্রয়েহপি ন যথা রজুঃ সর্পো ভবেদিতি ।
তথান্না ন ভবেদ্বিশ্বং গুণাতীতো নিরঞ্জনঃ ॥ ১.৪৪ ॥

আগমাহপায়িনোহনিত্যানাশ্যত্বেনেশ্বরাদয়ঃ ।
আত্মবোধেন কেনাপি শাস্ত্রাদেতদ্বিনিশ্চিতম্ ॥ ১.৪৫ ॥

যথা বাতবশাংসিন্ধাবুৎপল্লাঃ ফেনবুদ্ভদাঃ ।
তথান্নানি সমুদ্ভুতং সংসারং ক্ষণভঙ্গুরম্ ॥ ১.৪৬ ॥

অভেদো ভাসতে নিত্যং বস্তুভেদো ন ভাসতে ।
দ্বিধাত্রিধাদিভেদোহয়ং ভ্রমত্বৈ পর্যবস্যতি ॥ ১.৪৭ ॥

যদ্বৃত্তং যচ্চ ভাব্যং বৈ মূর্তামূর্তং তথৈব চ ।
সর্বমেব জগদিদং বিবৃত্তং পরমান্নানি ॥ ১.৪৮ ॥

কল্পকৈঃ কল্পিতা বিদ্যা মিথ্যা জাতা মুশাস্ত্রিকা ।
এতান্মূলং জগদিদং কথং সত্যং ভবিষ্যতি ॥ ১.৪৯ ॥ (এতান্মূলং)

চৈতন্যাৎসর্বমুৎপন্নং জগদেতচ্চরাচরম্ ।
তস্মাৎসর্বং পরিত্যজ্য চৈতেন্যং তু সমাপ্রয়েৎ ॥ ১.৫০ ॥ (তং)

ঘটস্যভ্যন্তরে বাহ্যে যথাকাশং প্রবর্ততে ।
তথান্নাভ্যন্তরে বাহ্যে ব্রহ্মাণ্ডস্য প্রবর্ততে ॥ ১.৫১ ॥
(তথান্নাভ্যন্তরে বাহ্যে কার্যবর্গেষু নিত্যশঃ)

সততং সর্বভূতেষু যথাকাশং প্রবর্ততে ।
তথান্নাভ্যন্তরে বাহ্যে ব্রহ্মাণ্ডস্য প্রবর্ততে ॥ ১.৫২ ॥

বর্ততে সর্বভূতেষু যথাকাশং সমন্ততঃ ।
তথান্নাভ্যন্তরে বাহ্যে কার্যবর্গেষু নিত্যশঃ ॥ ১.৫৩ ॥

অসংলগ্নং যথাকাশং মিথ্যাভূতেষু পঞ্চসু ।
অসংলগ্নস্তথান্না তু কার্যবর্গেষু নান্যথা ॥ ১.৫৪ ॥

ঈশ্বরাদিজগৎসর্বমাত্মব্যাপ্তং সমন্ততঃ । (ব্যাপ্যং)
একোহস্মি সচ্চিদানন্দঃ পূর্ণো দ্বৈতবিবর্তিতঃ ॥ ১.৫৫ ॥

যস্মাৎপ্রকাশকো নাস্তি স্বপ্রকাশো ভবেত্ততঃ ।
স্বপ্রকাশো যতস্তস্মাদান্না জ্যোতিঃ স্বরূপকঃ ॥ ১.৫৬ ॥

অবচ্ছিন্নো যতো নাস্তি দেশকালস্বরূপতঃ । (অবচ্ছিন্নো)
আত্মনঃ সর্বথা তস্মাদান্না পূর্ণো ভবেৎখলু ॥ ১.৫৭ ॥

যস্মান্ন বিদ্যতে নাশঃ পঞ্চভূতৈর্ব্থান্নাকৈঃ ।
তস্মাদান্না ভবেন্নিত্যস্তন্নাশো ন ভবেৎখলু ॥ ১.৫৮ ॥

যস্মাতদন্যো নাস্তীহ তস্মাদেকোহস্তুি সর্বদা ।
যস্মাতদন্যো মিথ্যা স্যাদাত্মা সত্যো ভবেৎখলু ॥ ১.৫৯ ॥

অবিদ্যাভূতসংসারে দুঃখনাশে সুখং যতঃ ।
জ্ঞানাদাদ্যন্তশূন্যং স্যাৎস্মাদাত্মা ভবেৎসুখম্ ॥ ১.৬০ ॥

যস্মান্নাশিতমজ্ঞানং জ্ঞানেন বিশ্বকারণম্ ।
তস্মাদাত্মা ভবেজ্ঞানং জ্ঞানং তস্মাৎসনাতনম্ ॥ ১.৬১ ॥

কালতো বিবিধং বিশ্বং যদা চৈব ভবেদিদম্ ।
তদেকোহস্তুি স এবাত্মা কল্পনাপথবর্জিতঃ ॥ ১.৬২ ॥

বাহ্যানি সর্বভূতানি বিনাশং যান্তি কালতঃ ।
যতো বাচো নিবর্তন্তে আত্মা দ্বৈতবিবর্জিতঃ ॥ ১.৬৩ ॥

ন খং বায়ুর্ন চাগ্নিচ্চ ন জলং পৃথিবী ন চ ।
নৈতৎকার্যং নেশ্বরাদি পূর্ণেকাত্মা ভবেৎখলু ॥ ১.৬৪ ॥ (নৈতৎকায়ে / নৈতৎকায়ে) (পূর্ণেকাত্মা)

আত্মানমাত্মনো যোগী পশ্যত্যাত্মনি নিশ্চিতম্ ।
সর্বসঙ্কল্পসংন্যাসী ত্যক্তমিথ্যাভবগ্রহঃ ॥ ১.৬৫ ॥

আত্মানাত্মনি চাত্মানং দৃষ্ট্বানন্তং সুখাত্মকম্ ।
বিস্মৃত্য বিশ্বং রমতে সমাধেষ্টীরতস্তথা ॥ ১.৬৬ ॥

মায়ৈব বিশ্বজননী নান্যা তদ্বিধিয়াপরা ।
যদা নাশ সমায়াতি বিশ্বং নাস্তি তদা খলু ॥ ১.৬৭ ॥

হেয়ং সর্বমিদং যস্য মায়াবিলসিতং যতঃ ।
ততো ন প্রীতিবিশয়ন্তনুবিৎসুখাত্মকঃ ॥ ১.৬৮ ॥

অরির্মিগ্রমুদাসীনস্ত্রিবিধং স্যাদিদং জগৎ ।
ব্যবহারেষু নিয়তং দৃশ্যতে নান্যথা পুনঃ ॥ ১.৬৯ ॥

প্রিয়াপ্রিয়াদিভেদন্তু বস্তুষু নিয়তস্ফুটম্ ।
আত্মোপাধিবশাদেবং ভবেৎপুত্রাদি নান্যথা ॥ ১.৭০ ॥

মায়াবিলসিতং বিশ্বং জ্ঞানৈবং শ্রুতিযুক্তিতঃ ।
অধ্যারোপাপবাদাভ্যাং লয়ং কুর্বন্তি যোগিনঃ ॥ ১.৭১ ॥

কর্মজন্যং বিশ্বমিদং নত্বকর্মণি বেদনা ।
নিখিলোপাধিহীনো বৈ যদা ভবতি পুরুষঃ ।
তদা বিজয়তেহংগুজ্ঞানরূপী নিরঞ্জনঃ ॥ ১.৭২ ॥ (বিবক্ষতেহংগুজ্ঞানরূপী)

স হি কাময়তে পুরুষঃ সৃজতে চ প্রজাঃ স্বয়ম্ । (সো কাময়তঃ)
অবিদ্যা ভাসতে যস্মাত্স্মান্মিথ্যা স্বভাবতঃ ॥ ১.৭৩ ॥

শুদ্ধে ব্রহ্মণি সম্বন্ধো বিদ্যায়া সহজো ভবেৎ ।
(শুদ্ধে ব্রহ্মস্ব সম্বন্ধো বিদ্যায়া সহিতো ভবেৎ ।)

ব্রহ্মতেজোঃশতো যাতি তত আভাসতে নভঃ ॥ ১.৭৪ ॥
(ব্রহ্মতেনসতী যাতি যত আভাসতে নভঃ)

তস্মাৎপ্রকাশতে বায়ুর্বাযোরগ্নিস্থতো জলম্ ।
প্রকাশতে ততঃ পৃথ্বীকল্পনেয়ং স্থিতা সতি ॥ ১.৭৫ ॥

আকাশাদ্বায়ুরাকাশঃ পবনাদগ্নিসম্ভবঃ ।
থেবাতাগ্নেৰ্জলং ব্যোমবাতাগ্নেৰ্বারিতো মহী ॥ ১.৭৬ ॥
(থবাতাগ্নেৰ্জলং ব্যোমবাতাগ্নিবারিতো মহী)

থং শব্দলক্ষণং বায়ুশ্চঞ্চলঃ স্পর্শলক্ষণঃ ।
স্যাচ্চপলক্ষণং তেজঃ সলিলং রসলক্ষণম্ ॥ ১.৭৭ ॥

গন্ধলক্ষণিকা পৃথ্বী নান্যথা ভবতি ধ্রুবম্ ।
বিশেষগুণাঃ স্ফুরতি যতঃ শাস্ত্রাদিনির্গম্যঃ ॥ ১.৭৮ ॥

শব্দৈকগুণ্যাকাশং দ্বিগুণো বায়ুরুচ্যতে । (স্যাদেকগুণমাকাশং)
তথৈব ত্রিগুণং তেজো ভবন্ত্যপশ্চতুর্গুণাঃ ॥ ১.৭৯ ॥

শব্দঃ স্পর্শশ্চ রূপং চ রসো গন্ধস্তথৈব চ ।
এতৎপঞ্চগুণা পৃথ্বী কল্পকৈঃ কল্প্যতেহধুনা ॥ ১.৮০ ॥

চক্ষুশ্চা গৃহ্যতে রূপং গন্ধো ঘ্রাণেন গৃহ্যতে ।
রসো রসনয়া স্পর্শস্ফুচা সঙ্গৃহ্যতে পরম্ ।
শ্রোত্রেণ গৃহ্যতে শব্দো নিয়তং ভাতি নান্যথা ॥ ১.৮১ ॥

চৈতন্যংসর্বমুৎপন্নং জগদেতচ্চরাচরম্ ।
অস্তি চেৎকল্পনেয়ং স্যান্নাস্তি চেদস্তি চিন্ময়ম্ ॥ ১.৮২ ॥

পৃথ্বী শীর্ণা জলং মল্লা জলং মল্লং চ তেজসি ।
লীনং বায়ৌ তথা তেজো ব্যোম্নি বাতো লয়ং যয়ৌ ।
অবিদ্যায়াং মহাকাশো লীয়তে পরমে পদে ॥ ১.৮৩ ॥

বিষ্ণেপাবরণাশক্তির্দুরন্তা দুঃখরূপিণী ।
জডরূপা মহামায়া রজঃসম্বতমোগুণা ॥ ১.৮৪ ॥

সা মায়াবরণাশক্ত্যব্ভাবিগুণানরূপিণী ।
দর্শয়েজ্জগদাকারং তং বিষ্ণেপস্বভাবতঃ ॥ ১.৮৫ ॥

তমোগুণাধিকা বিদ্যা যা সা দুর্গা ভবেৎস্বয়ম্ । (তমো গুণাধিকা) (দুর্গা)
ঈশ্বরং তদুপহিতং চৈতন্যং তদভূদধ্রুবম্ ॥ ১.৮৬ ॥

সম্বাধিকা চ যা বিদ্যা লক্ষ্মীঃ স্যাদ্বিব্যরূপিণী ।
চৈতন্যং তদুপহিতং বিষ্ণুর্ভবতি নান্যথা ॥ ১.৮৭ ॥

রজোগুণাধিকা বিদ্যা জ্ঞেয়া সা বৈ সরস্বতী ।
কশ্চিৎস্বরূপো ভবতি ব্রহ্মা তদুপধারকঃ ॥ ১.৮৮ ॥ (যশ্চিৎস্বরূপো)

ঐশাদ্যাঃ সকলা দেবা দৃশ্যন্তে পরমাত্মনি ।
শরীরাদিজডং সৰ্বং সা বিদ্যা তত্থা তথা ॥ ১.৮৯ ॥

এবংরূপেণ কল্পন্তে কল্পকা বিশ্বসম্ভবম্ ।
তস্মাতস্বং ভবন্তীহ কল্পনান্যেন নোদিতা ॥ ১.৯০ ॥ (চোদিতা)

প্রমেয়ত্বাদিরূপেণ সৰ্বং বস্তু প্রকাশ্যতে ।
তথৈব বস্তুনাস্ত্যেব ভাসকো বর্তকঃ পরঃ ॥ ১.৯১ ॥

স্বরূপত্বেন রূপেণ স্বরূপং বস্তু ভাষ্যতে ।
বিশেষশব্দোপাদানে ভেদো ভবতি নান্যথা ॥ ১.৯২ ॥

একঃ সত্তাপূরিতানন্দরূপঃ পূর্ণো ব্যাপী বর্ততে নাস্তি কিঞ্চিৎ ।
এতজ্ঞানং যঃ করোত্যেব নিত্যং মুক্তঃ স স্যান্মৃত্যুসংসারদুঃখাৎ ॥ ১.৯৩ ॥

যস্যারোপাপবাদাভ্যাং যত্র সৰ্বে লয়ং গতাঃ ।
স একো বর্ততে নান্যতুচ্ছিতেনাবধার্যতে ॥ ১.৯৪ ॥

পিতুরন্নময়াংকোষাজ্জায়তে পূৰ্বকৰ্মণঃ ।
তচ্ছরীরংবিদুঃখং স্বপ্রাণভোগায় সুন্দরম্ ॥ ১.৯৫ ॥ (শরীরং বৈ জডং দুঃখং)

মাংসাস্থিস্নায়ুমজ্জাদিনির্মিতং ভোগমন্দিরম্ ।
কেবলং দুঃখভোগায় নাভী সন্ততিগুপ্তিতম্ ॥ ১.৯৬ ॥

পারমৈষ্ঠ্যমিদং গাত্রং পঞ্চভূতবিনির্মিতম্ ।
ব্রহ্মাণ্ডসংস্কৃতকং দুঃখসুখভোগায় কল্পিতম্ ॥ ১.৯৭ ॥

বিন্দুঃ শিবো রজঃ শক্তিরুভয়োর্মিলনাংস্বয়ম্ ।
স্বপ্নভূতানি জায়ন্তে স্বশক্ত্যা জডরূপয়া ॥ ১.৯৮ ॥

তৎপঞ্চীকরণাংস্থূলান্যসংখ্যানি চরাচরম্ । (সমাসতঃ)
ব্রহ্মাণ্ডস্থানি বস্তুনি যত্র জীবোহস্তি কর্মভিঃ ॥ ১.৯৯ ॥

তদ্বৃতপঞ্চকাংসৰ্বং ভোগায় জীবসংস্কৃতা ।
পূৰ্বকৰ্মানুরোধেন কৰোমি ঘটনামহম্ ॥ ১.১০০ ॥

অজডঃ সৰ্বভূতান্নৈ জডস্থিত্যা ভূনক্তিতান্ । (সৰ্বভূতস্থা)
জডাংস্বকৰ্মভিৰ্বন্ধো জীবাখ্যো বিবিধো ভবেৎ ॥ ১.১০১ ॥

ভোগায়াংপদ্যতে কর্ম ব্রহ্মাণ্ডাখ্যে পুনঃ পুনঃ ।
জীবশ্চ লীয়তে ভোগাবসানে চ স্বকর্মণঃ ॥ ১.১০২ ॥

ইতি শ্রীশিবসংহিতায়াং হরগৌরীসংবাদে যোগশাস্ত্রে
লয়প্রকরণে প্রথমঃ পটলঃ সমাপ্তঃ । ১।

দ্বিতীয়পটলঃ

অথ তন্ত্রস্তানোপদেশ ।

দেহেহস্মিন্ধ্বর্ততে মেরুঃ সপ্তদ্বীপসমম্বিতঃ ।

সরিতঃ সাগরাঃ শৈলাঃ ক্ষেত্রাণি ক্ষেত্রপালকাঃ ॥ ২.১ ॥

ঋষয়ো মুনয়ঃ সর্বে নক্ষত্রাণি গ্রহাস্থথা ।

পুণ্যতীর্থানি পীঠানি বর্তন্তে পীঠদেবতাঃ ॥ ২.২ ॥

সৃষ্টিসংহারকর্তারৌ ব্রহ্মন্তৌ শশিভাস্করৌ ।

নভো বায়ুশ্চ বহিষ্চ জলং পৃথ্বী তথৈব চ ॥ ২.৩ ॥

ত্রৈলোক্যে যানি ভূতানি তানি সর্বাণি দেহতঃ ।

মেরুং সংবেষ্ট্য সর্বত্র ব্যবহারঃ প্রবর্ততে ।

জানাতি যঃ সর্বমিদং স যোগী নাত্র সংশয়ঃ ॥ ২.৪ ॥

ব্রহ্মাণ্ডসংস্রষ্টকে দেহে যথাদেশং ব্যবস্থিতঃ ।

মেরুশ্বে সুধারশ্মির্বহিরষ্টকলায়ুতঃ ॥ ২.৫ ॥

বর্ততেহহর্নিশং সোহপি সুধাং বর্ষত্যধোমুখঃ ।

ততোহমৃতং দ্বিধাভূতং যাতি সূক্ষ্মং যথা চ বৈ ॥ ২.৬ ॥

ইডামার্গেণ পুষ্ট্যর্থং যাতি মন্দাকিনীজলম্ ।

পুষ্পাতি সকলন্দেহমিডামার্গেণ নিশ্চিতম্ ॥ ২.৭ ॥

এষ পীযুষরশ্মির্হি বামপার্শ্বে ব্যবস্থিতঃ ॥ ২.৮ ॥

অপরঃ শুদ্ধদুষ্কাভো হঠাৎ কর্ষতি মণ্ডলাৎ ।

ব্রহ্মমার্গেণ সৃষ্ট্যর্থং মেরৌ সংযাতি চন্দ্রমাঃ ॥ ২.৯ ॥ (মধ্যমার্গেণ)

মেরুমূলে স্থিতঃ সূর্যঃ কলাদ্বাদশসংযুতঃ ।

দক্ষিণে পথি রশ্মিভির্বহত্যধ্বং প্রজাপতিঃ ॥ ২.১০ ॥

পীযুষরশ্মিনির্যাসং ধাতুংশ্চ গ্রসতি ধ্রুবম্ ।

সমীরমণ্ডলে সূর্যো ব্রহ্মতে সর্ববিগ্রহে ॥ ২.১১ ॥

এষা সূর্যপরামূর্তির্নির্বাণং দক্ষিণে পথি ।

বহতে লগ্নযোগেন সৃষ্টিসংহারকারকঃ ॥ ২.১২ ॥

সার্বলক্ষ্যত্রয়ং নাড্যঃ সন্তি দেহান্তরে নৃণাম্ ।

প্রধানভূতা নাড্যন্তু তাসু মুখ্যাশ্চতুর্দশঃ ॥ ২.১৩ ॥

সুষুম্নেণ্ডা পিঙ্গলা চ গান্ধারী হস্তিজিহ্বিকা ।

কুহুঃ সরস্বতী পুষা শঙ্খিনী চ পয়স্বিনী ॥ ২.১৪ ॥

বারুণ্যলম্বুসা চৈব বিশ্বোদরী যশস্বিনী ।
এতাসু তিস্রো মুখ্যাঃ স্যুঃ পিঙ্গলেডা সুসুম্ণিকা ॥ ২.১৫ ॥

তিস্রশ্বেকা সুসুম্ণৈব মুখ্যা সা যোগিবল্লভা । (তিস্রশ্বেকা)
অন্যাস্তদাশ্রয়ঃ কৃষ্ণা নাড্যঃ সন্তি হি দেহিনাম্ ॥ ২.১৬ ॥

নাড্যন্তু তা অধোবক্রাঃ পদ্মতন্তুনিভাঃ স্থিতাঃ । (অধোবদনাঃ)
পৃষ্ঠবংশঃ সমাশ্রিত্য সোমসূর্য্যাক্ষিরূপিনী ॥ ২.১৭ ॥

তাসাং মধ্যে গতা নাডী চিত্রা সা মম বল্লভা ।
ব্রহ্মরন্ধ্রং চ তত্রৈব সূক্ষ্মাংসূক্ষ্মতরং শুভম্ ॥ ২.১৮ ॥

পঞ্চবর্ণোজ্জ্বলা শুদ্ধা সুসুম্ণা মধ্যচারিণী । (মধ্যরূপিনী)
দেহস্যোপাধিরূপা সা সুসুম্ণা মধ্যরূপিনী ॥ ২.১৯ ॥ (দেহস্যোপাধিরূপা)

দিব্যমার্গমিদং প্রোক্তমমৃতানন্দকারকম্ ।
ধ্যানমাত্রেন যোগীন্দ্রো দুরিতৌঘং বিনাশয়েৎ ॥ ২.২০ ॥

গুদাতুদ্যঙ্গুলাদূর্ধ্বং মেড্রাতু দ্যঙ্গুলাদধঃ ।
চতুরঙ্গগুলবিস্তারমাধারং বর্ততে সমম্ ॥ ২.২১ ॥

তস্মিন্নাধারপদ্মে চ কর্ণিকায়ং সুশোভনা ।
ত্রিকোণা বর্ততে যোনিঃ সর্বতন্ত্ৰেষু গোপিতা ॥ ২.২২ ॥

তত্র বিদ্যুল্লতাকারা কুণ্ডলী পরদেবতা ।
সার্কট্রিকরা কুটিলা সুসুম্ণামার্গসংস্থিতা ॥ ২.২৩ ॥

জগৎসংস্ঠিরূপা সা নির্মাণে সততোদ্যতা ।
বাচামবাচ্যা বাগ্ধেবী সদা দেবৈর্নমস্কৃতা ॥ ২.২৪ ॥ (দেবৈর্নমস্কৃতা)

ইডানাক্ষী তু যা নাডী বামমার্গে ব্যবস্থিতা ।
সুসুম্ণায়াং সমাশ্রিত্য দক্ষনাসাপুটে গতা ॥ ২.২৫ ॥

পিঙ্গলা নাম যা নাডী দক্ষমার্গে ব্যবস্থিতা ।
মধ্যনাডীং সমাশ্রিত্য বামনাসাপুটে গতা ॥ ২.২৬ ॥ (সুসুম্ণা সা)

ইডাপিঙ্গলয়োর্মধ্যে সুসুম্ণা যা ভবেৎখলু ।
ষট্স্থানেষু চ ষট্শক্তিং ষট্পদ্ব্যং যোগিনো বিদুঃ ॥ ২.২৭ ॥

পঞ্চস্থানং সুসুম্ণায়া নামানি সূর্যবহুনি চ ।
প্রয়োজনবশাত্তানি স্তাতব্যানীহ শাস্ত্রতঃ ॥ ২.২৮ ॥

অন্যা যাহস্ত্যপরা নাডী মূলাধারাঃসমুখিতা ।
রসনামেড্রনয়নং পাদাঙ্গুষ্ঠে চ শ্রোত্রকম্ ॥ ২.২৯ ॥

কুক্ষিকক্ষাঙ্গুষ্ঠকর্ণং সর্বাঙ্গং পায়ুকুক্ষিকম্ ।
লঙ্কা তাং বৈ নিবর্তন্তে যথাদেশসমুদ্ভবাঃ ॥ ২.৩০ ॥ (লঙ্কান্তা)

এতাত্ত্ব্য এব নাতীভ্যঃ শাখোপশাখতঃ ক্রমাৎ ।
সার্থং লক্ষদ্রয়ং জাতং যথাভাগং ব্যবস্থিতম্ ॥ ২.৩১ ॥ (সার্থলক্ষদ্রয়ং)

এতা ভোগবহা নাড্যো বায়ুসঞ্চারদক্ষকাঃ ।
ওতপ্রোতাভিসংব্যাপ্য তিষ্ঠন্ত্যস্মিন্ কলেবরে ॥ ২.৩২ ॥ (ওতপ্রোগ্রাঃ সুসংব্যাপ্য)

সূর্যমণ্ডলমধ্যস্থঃ কলাদ্বাদশসংযুতঃ ।
বস্তুদেশে স্থলদ্বর্হির্বর্ততে চাল্পপাচকঃ ॥ ২.৩৩ ॥ (বস্তুদেশে)

এষ বৈশ্বানরোগ্নির্বৈ মম তেজোঃশসম্ভবঃ । (বৈশ্বানরোগ্নিরেষো বৈ)
করোতি বিবিধং পাকং প্রাণিনাং দেহমাস্থিতঃ ॥ ২.৩৪ ॥

আয়ুঃ প্রদায়কো বহির্বলং পুষ্টিং দদাতি সঃ ।
শরীরপাটবৎথাপি ধ্বস্তরোগসমুদ্ভবঃ ॥ ২.৩৫ ॥ (শরীর পাটবং চারি)

তস্মাদ্বৈশ্বানরোগ্নিশ্চ প্রজ্বাল্য বিধিবৎসূধীঃ ।
তস্মিন্নল্লং হনেদ্যোগী প্রত্যহং গুরুশিক্ষয়া ॥ ২.৩৬ ॥

ব্রহ্মাণ্ডসংস্কৃতকে দেহে স্থানানি সূর্যবহুনি চ ।
ময়োক্তানি প্রধানানি জ্ঞাতব্যানীহ শাস্ত্রকে ॥ ২.৩৭ ॥

নানাপ্রকারনামানি স্থানানি বিবিধানি চ ।
বর্তন্তে বিগ্রহে তানি কথিতুং নৈব শক্যতে ॥ ২.৩৮ ॥

ইথং প্রকল্পিতে দেহে জীবো বসতি সর্বগঃ ।
অনাদিবাসনামালাহলঙ্কৃতঃ কর্মশৃঙ্খলঃ ॥ ২.৩৯ ॥

নানাবিধগুণোপেতঃ সর্বব্যাপারকারকঃ ।
পূর্বার্জিতানি কর্মণি ভূনক্তি বিবিধানি চ ॥ ২.৪০ ॥

যদ্যৎসন্দৃশ্যতে লোকে সর্বং তৎকর্মসম্ভবম্ ।
সর্বা কর্মানুসারেণ জন্তুর্ভোগানভূনক্তি বৈ ॥ ২.৪১ ॥ (সর্বঃ)

যে যে কামাদযো দোষাঃ সুখদুঃখপ্রদায়কাঃ ।
তে তে সর্বে প্রবর্তন্তে জীবকর্মানুসারতঃ ॥ ২.৪২ ॥

পুণ্যোপরক্তচৈতন্যে প্রাণানপ্রীণাতি কেবলম্ ।
বাহ্যে পুণ্যময়ং প্রাপ্য ভোজ্যবস্তু স্বয়ম্ভবেৎ ॥ ২.৪৩ ॥

ততঃ কর্মবলাৎপুংসঃ সুখং বা দুঃখমেব চ ।
পাপোপরক্তচৈতন্যং নৈব তিষ্ঠতি নিশ্চিতম্ ॥ ২.৪৪ ॥

ন তদ্বিন্ধো ভবেৎসোহপি তদ্বিন্ধো ন তু কিঞ্চন ।
মাযোপহিতচৈতন্যং সর্বং বস্তু প্রজায়তে ॥ ২.৪৫ ॥

যথাকালেহপি ভোগায় জন্তুনাং বিবিধোদ্ভবঃ । (যথাকালেপি)
যথা দোষবশাচ্ছুক্তৌ রজতারোপণং ভবেৎ ।
তথা স্বকর্মদোষাদ্বে ব্রহ্মণ্যারোপ্যতে জগৎ ॥ ২.৪৬ ॥

স বাসনাব্রমোং পল্লোন্মূলনাতিসমর্থনম্ ।
উৎপল্লক্ষেদীদৃশং স্যাজ্ঞানং মোক্ষপ্রসাধনম্ ॥ ২.৪৭ ॥

সাক্ষাদ্বৈশেষদৃষ্টিস্তু সাক্ষাৎকারিণি বিব্রমে ।
কারণং নান্যথা যুক্ত্যা সত্যং সত্যং ময়োদিতম্ ॥ ২.৪৮ ॥

সাক্ষাৎকারিব্রমে সাক্ষাৎসাক্ষাৎকারিণি নাশয়েৎ ।
স হি নাস্তীতি সংসারে ব্রমো নৈব নিবর্ততে ॥ ২.৪৯ ॥ (সো)

মিথ্যাজ্ঞাননিবৃত্তিস্তু বিশেষদর্শনাদ্ভবেৎ ।
অন্যথা ন নিবৃত্তিঃ স্যাদৃশ্যতে রজতব্রমঃ ॥ ২.৫০ ॥ (স্যাদৃশ্যে)

যাবল্লোংপদ্যতে জ্ঞানং সাক্ষাৎকারে নিরঞ্জে ।
তাবৎসর্বগি ভূতানি দৃশ্যন্তে বিবিধানি চ ॥ ২.৫১ ॥

যদা কর্মার্জিতং দেহং নির্বাণে সাধনং ভবেৎ ।
তদা শরীরবহনং সফলং স্যাল্ল চান্যথা ॥ ২.৫২ ॥

যাদৃশী বাসনা মূলা বর্ততে জীবসঙ্গিনী । (বর্ততে)
তাদৃশং বহতে জন্তুঃ কৃত্যকৃত্যবিধৌ ব্রমম্ ॥ ২.৫৩ ॥

সংসারসাগরং তর্তুং যদীচ্ছ্যেদ্যোগসাধকঃ ।
কৃষ্ণা বর্ণশ্রমং কর্ম ফলবর্জং তদাচরেৎ ॥ ২.৫৪ ॥

বিষয়াসক্তপুরুষা বিষয়েষু সুখেম্ভবঃ ।
বাচাভিরুদ্ধনির্বাণা বর্তন্তে পাপকর্মণি ॥ ২.৫৫ ॥

আত্মানমাত্মনা পশ্যল্ল কিঞ্চিদিহ পশ্যতি ।
তদা কর্মপরিত্যাগে ন দোষোহস্তু মতং মম ॥ ২.৫৬ ॥

কামাদয়ো বিলীয়ন্তে জ্ঞানাদেব ন চান্যথা ।
অভাবে সর্বতন্মানাং স্বয়ং তস্বং প্রকাশতে ॥ ২.৫৭ ॥

ইতি শ্রীশিবসংহিতায়াং হরগৌরীসংবাদে যোগশাস্ত্রে
যোগপ্রকথনে তস্বজ্ঞানোপদেশো নাম দ্বিতীয়ঃ পটলঃ সমাপ্তঃ । ২।

তৃতীয়পটলঃ

অথ যোগানুষ্ঠানপদ্ধতির্যোগাভ্যাসবর্ণনম্ ।
হৃদ্যস্তি পঙ্কজং দিব্যং দিব্যালিঙ্গেন ভূষিতম্ । (হৃদয়স্তি)
কাদিঠাণ্ডাক্ষরোপেতং দ্বাদশার্ণবিভূষিতম্ ॥ ৩.১ ॥

প্রাণো বসতি তৈব বাসনাভিরলঙ্ঘ্যতঃ ।
অনাদিকর্মসংশ্লিষ্টঃ প্রাপ্যাহঙ্কারসংযুতঃ ॥ ৩.২ ॥

প্রাণস্য বৃত্তিভেদেন নামানি বিবিধানি চ ।
বর্তন্তে তানি সর্বাণি কথিতুং নৈব শক্যতে ॥ ৩.৩ ॥

প্রাণোহপানঃ সমানশ্চোদানো ব্যানশ্চ পঞ্চমঃ ।
নাগঃ কূর্মশ্চ কুকলো দেবদত্তো ধনঞ্জয়ঃ ॥ ৩.৪ ॥ (কুকরো)

দশ নামানি মুখ্যানি ময়োক্তানীহ শাস্ত্রকে ।
কুর্বন্তি তেহত্র কার্যানি প্রেরিতানি স্বকর্মভিঃ ॥ ৩.৫ ॥

অত্রাপি বায়বঃ পঞ্চ মুখ্যাঃ সুদর্শতঃ পুনঃ । (সুদর্শিতাঃ)
তত্রাপি শ্রেষ্ঠকর্তারো প্রাণাপানো ময়োদিতৌ ॥ ৩.৬ ॥ (শ্রেষ্ঠকর্তারৌ)

হৃদি প্রাণো গুদেহপানঃ সমানো নাভিমণ্ডলে ।
উদানঃ কণ্ঠদেশস্থো ব্যানঃ সর্বশরীরগঃ ॥ ৩.৭ ॥

নাগাদিবায়বঃ পঞ্চ তে কুর্বন্তি চ বিগ্রহে ।
উদ্ধারোন্মীলনং ক্ষুভ্ভজ্জ্বা হিষ্কা চ পঞ্চমঃ ॥ ৩.৮ ॥

অনেন বিধিনা যো বৈ ব্রহ্মাণ্ডং বেত্তি বিগ্রহম্ ।
সর্বপাপবিনির্মুক্তঃ স যাতি পরমাং গতিম্ ॥ ৩.৯ ॥

অধুনা কথয়িষ্যামি ক্ষিপ্ৰং যোগস্য সিদ্ধয়ে ।
যজ্ঞস্তাষ্মা নাবসীদন্তি যোগিনো যোগসাধনে ॥ ৩.১০ ॥

ভবেদ্বীর্যবতী বিদ্যা গুরুবক্ত্রসমুদ্ভবা ।
অন্যথা ফলহীনা স্যান্নিবীর্যপ্যতিদুঃখদা ॥ ৩.১১ ॥

গুরুং সন্তোষ্য যজ্ঞেন যে বৈ বিদ্যামুপাসতে ।
অবলম্বেন বিদ্যায়ান্তস্যঃ ফলমবাপ্নুয়াৎ ॥ ৩.১২ ॥ (ফলমবাপ্নুয়ুঃ)

গুরুঃ পিতা গুরুর্মাতা গুরুর্দেবো ন সংশয়ঃ ।
কর্মণা মনসা বাচা তস্মাৎসর্বৈঃ প্রসেব্যতে ॥ ৩.১৩ ॥

গুরুপ্রসাদতঃ সর্বং লভ্যতে শুভমাত্মনঃ ।
তস্মাৎসেব্যো গুরুর্নিত্যমন্যথা ন শুভং ভবেৎ ॥ ৩.১৪ ॥

প্রদক্ষিণাত্রয়ং কৃশ্বা স্পৃষ্ট্বা সবেয়ন পানিনা ।
অষ্টাঙ্গেন নমস্কুর্যাদ্গুরুপাদসরোরুহম্ ॥ ৩.১৫ ॥

শ্রদ্ধয়াহ্নবতাং পুংসাং সিদ্ধির্ভবতি নিশ্চিতা । (নান্যথা)
অন্যেষাঞ্চ ন সিদ্ধিঃ স্যাতস্মাদ্যজ্ঞেন সাধয়েৎ ॥ ৩.১৬ ॥

ন ভবেৎসঙ্গযুক্তানাং তথাহবিশ্বাসিনামপি ।
গুরুপূজাবিহীনানাং তথা চ বহুসঙ্গিনাম্ ॥ ৩.১৭ ॥

মিথ্যাবাদরতানাং চ তথা নিষ্ঠুরভাষণাম্ ।
গুরুসন্তোষহীনানাং ন সিদ্ধিঃ স্যাৎকদাচন ॥ ৩.১৮ ॥

ফলিশ্যতীতি বিশ্বাসঃ সিদ্ধেঃ প্রথমলক্ষণম্ ।
দ্বিতীয়ঃ শ্রদ্ধয়া যুক্তং তৃতীয়ঃ গুরুপূজনম্ ॥ ৩.১৯ ॥

চতুর্থঃ সমতাভাবং পঞ্চমেন্দ্রিয়নিগ্রহম্ ।
ষষ্ঠং চ প্রমিতাহারং সপ্তমং নৈব বিদ্যতে ॥ ৩.২০ ॥

যোগোপদেশঃ সম্প্রাপ্য লব্ধ্বা যোগবিদং গুরুম্ ।
গুরুপদিস্তবিধিনা ধিয়া নিশ্চিত্য সাধয়েৎ ॥ ৩.২১ ॥

সুশোভনে মঠে যোগী পদ্মাসনসমন্বিতঃ ।
আসনোপরি সংবিশ্য পবনাভ্যাসমাচরেৎ ॥ ৩.২২ ॥

সমকায়ঃ প্রাঞ্জলিচ্চ প্রণম্য চ গুরুন্ সুধীঃ ।
দক্ষে বামে চ বিল্লেশং ক্ষেত্রপালাশ্চিকাং পুনঃ ॥ ৩.২৩ ॥

ততশ্চ দক্ষাঙ্গুষ্ঠেন নিরুদ্ধ্য পিঙ্গলাং সুধীঃ ।
ইডয়া পূরয়েদ্বায়ুং যথাশক্ত্যা তু কুণ্ডয়েৎ ॥ ৩.২৪ ॥

ততস্ত্যক্ত্বা পিঙ্গলয়াশনৈরেব ন বেগতঃ ।
পুনঃ পিঙ্গলয়াপূর্য যথাশক্ত্যা তু কুণ্ডয়েৎ ॥ ৩.২৫ ॥ (যথাশক্তি)

ইডয়া রেচয়েদ্বায়ুং ন বেগেন শনৈঃ শনৈঃ ।
ইদং যোগবিধানেন কুর্যাদ্বিংশতিকুণ্ডকান্ ।
সর্বদ্বন্দ্ববিনির্মুক্তঃ প্রত্যহং বিগতালসঃ ॥ ৩.২৬ ॥

প্রাতঃকালে চ মধ্যাহ্নে সূর্যাস্তে চার্করাগ্রকে ।
কুর্যাদেবং চতুর্বারং কালেষুতেষু কুণ্ডকান্ ॥ ৩.২৭ ॥

ইথং মাসত্রয়ং কুর্যাদনালসো দিনে দিনে । (মাসদ্বয়ং)
ততো নাডীবিশুদ্ধিঃ স্যাদবিলম্বেন নিশ্চিতম্ ॥ ৩.২৮ ॥

যদা তু নাডীশুদ্ধিঃ স্যাদ্যোগিনস্তত্ত্বদর্শিনঃ ।
তদা বিষ্ণুস্তদোষশ্চ ভবেদারম্ভসম্ভবঃ ॥ ৩.২৯ ॥

চিহ্নানি যোগিনো দেহে দৃশ্যন্তে নাডীশুদ্ধিতঃ ।
কথ্যন্তে তু সমস্তান্যঙ্গানি সঙ্ক্ষেপতো ময়া ॥ ৩.৩০ ॥

সমকায়ঃ সুগন্ধিচ্চ সুকান্তিঃ স্বরসাধকঃ ॥ ৩.৩১ ॥

আরম্ভঘটকৈশ্চৈব যথা পরিচয়স্তদা ।
নিষ্পত্তিঃ সর্বযোগেষু যোগাবস্থা ভবন্তি তাঃ ॥ ৩.৩২ ॥

আরম্ভঃ কথিতোহস্মাভিরধুনা বায়ুসিদ্ধয়ে ।
অপরঃ কথ্যতে পশ্চাৎ সর্বদুঃখৌঘনাশনঃ ॥ ৩.৩৩ ॥

প্রৌঢ়বহিঃ সুভোগী চ সুখীসর্বাঙ্গসুন্দরঃ ।
সম্পূর্ণহৃদয়ো যোগী সর্বোৎসাহবলান্বিতঃ ।
জায়তে যোগিনোহবশ্যমেতৎসর্বং কলেবরে ॥ ৩.৩৪ ॥ (যোগিনোহবশ্যমেতে সর্বকলেবরে)

অথ বর্জ্যং প্রবক্ষ্যামি যোগবিঘ্নকরং পরম্ ।
যেন সংসারদুঃখাক্টিং তীর্থী যাস্যন্তি যোগিন ॥ ৩.৩৫ ॥

আল্লং রুক্ষং তথা তীক্ষ্ণং লবণং সার্ষপং কটুম্ । (কক্ষং)
বহলং ভ্রমণং প্রাতঃ স্নানং তৈলবিদাহকম্ ॥ ৩.৩৬ ॥

স্তেয়ং হিংসাং জনদ্বেষণ্যাহঙ্কারমনার্জবম্ ।
উপবাসমসত্যঞ্চ মোহঞ্চ প্রাণিপীড়নম্ ॥ ৩.৩৭ ॥ (মোক্ষঞ্চ)

স্ত্রীসঙ্গমগ্নিসেবাং চ বহ্বালাপং প্রিয়াপ্রিয়ম্ ।
অতীব ভোজনং যোগী ত্যজেদেতানি নিশ্চিতম্ ॥ ৩.৩৮ ॥

উপায়ং চ প্রবক্ষ্যামি ক্ষিপ্ৰং যোগস্য সিদ্ধয়ে ।
গোপনীয়ং সাধকানাং যেন সিদ্ধির্ভবেৎখলু ॥ ৩.৩৯ ॥

ঘৃতং ক্ষীরং চ মিষ্টান্নং তাম্বুলং চূর্ণবর্জিতম্ ।
কর্পূরং নিষ্ঠুরং মিষ্টং সুমঠং সুশ্ৰবন্ধকম্ ॥ ৩.৪০ ॥ (নিষ্ঠুরং) (সুশ্রবন্ধকম্)

সিদ্ধান্তশ্রবণং নিত্যং বৈরাগ্যগৃহসেবনম্ ।
নামসঙ্কীর্তনং বিষ্ণোঃ সূনাদশ্রবণং পরম্ ॥ ৩.৪১ ॥ (সূনাদশ্রবণে)

ধৃতিঃ ক্ষমা তপঃ শৌচং হ্রীর্মতিগুরুসেবনম্ ।
সদৈতানি পরং যোগী নিয়মানি সমাচরেৎ ॥ ৩.৪২ ॥ (সদৈতাংশ্চ) (নিয়মাংশ্চ)

অনিলেহর্কপ্রবেশে চ ভোক্তব্যং যোগিভিঃ সদা ।
বায়ৌ প্রবিষ্টে শশিনি শয়নং সাধকোত্তমৈঃ ॥ ৩.৪৩ ॥

সদ্যো ভুক্তেহপি ক্ষুধিতে নাভ্যাসঃ ক্রিয়তে বুদ্ধৈঃ ।
অভ্যাসকালে প্রথমং কুর্যাৎক্ষীরাজ্যভোজনম্ ॥ ৩.৪৪ ॥

ততোহভ্যাসে স্থিরীভূতে ন তাদৃগ্নিয়মগ্রহঃ ।
অভ্যাসিনা বিভোক্তব্যং স্তোকং স্তোকমনেকধা ॥ ৩.৪৫ ॥

পূর্বোক্তকালে কুর্যাতু কুস্তকান্প্রতিবাসরে ।
ততো যথেষ্টা শক্তিঃ স্যাদ্যোগিনো বায়ুধারণে ॥ ৩.৪৬ ॥

যথেষ্টং ধারণাদ্বাযোঃ কুস্তকঃ সিধ্যতি ধ্রুবম্ ।
কেবলে কুস্তকে সিদ্ধে কিং ন স্যাদিহ যোগিনঃ ॥ ৩.৪৭ ॥

স্বেদঃ সঞ্জায়তে দেহে যোগিনঃ প্রথমোদ্যমে ॥ ৩.৪৮ ॥

যদা সঞ্জায়তে স্বেদো মর্দনং কারয়েৎসুধীঃ ।
অন্যথা বিগ্রহে ধাতুর্নষ্টো ভবতি যোগিনঃ ॥ ৩.৪৯ ॥

দ্বিতীয়ে হি ভবেংকম্পা দার্দুরী মধ্যমে মতঃ । (মতা)
ততোহধিকতরাভ্যাসাদ্ধগনেচরসাধকঃ ॥ ৩.৫০ ॥

যোগী পদ্মাসনশোহপি ভুবমুংসৃজ্য বর্ততে ।
বায়ুসিদ্ধিস্তদা জ্ঞেয়া সংসারধ্বাশুনাশিনী ॥ ৩.৫১ ॥

তাবৎকালং প্রকুবীত যোগোক্তনিয়মগ্রহম্ ।
অল্পনিদ্রা পুরীষং চ স্তোকং মূত্রং চ জায়তে ॥ ৩.৫২ ॥

অরোগিস্বমদীনস্বং যোগিনস্তদ্বদর্শিনঃ ।
স্বৈদো লালা কৃমিশ্চৈব সর্বথৈব ন জায়তে ॥ ৩.৫৩ ॥

কফপিত্তানিলাশ্চৈব সাধকস্য কলেবরে ।
তস্মিনকালে সাধকস্য ভোজ্যেযুনিয়মগ্রহঃ ॥ ৩.৫৪ ॥

অত্যল্পং বহুধা ভুক্তা যোগী ন ব্যথতে হি সঃ ।
অথাভ্যাসবশাদ্যোগী ভূচরীং সিদ্ধিমাশ্नुয়াৎ ।
যথা দর্দুরজন্তুনাং গতিঃ স্যাৎপাণিতাডনাং ॥ ৩.৫৫ ॥

সন্ত্যত্র বহবো বিঘ্না দারুণা দুর্নিবারণাঃ ।
তথাপি সাধয়েদ্যোগী প্রাণৈঃ কণ্ঠগতৈরপি ॥ ৩.৫৬ ॥

ততো রহসুপাবিষ্টঃ সাধকঃ সংযতেন্দ্রিয়ঃ ।
প্রণবং প্রজপেদীর্ঘং বিঘ্নানাং নাশহেতবে ॥ ৩.৫৭ ॥

পূর্বার্জিতানি কৰ্মাণি প্রাণায়ামেন নিশ্চিতম্ ।
নাশয়েৎসাধকো ধীমানিহলোকোদুবানি চ ॥ ৩.৫৮ ॥

পূর্বার্জিতানি পাপানি পুণ্যানি বিবিধানি চ ।
নাশয়েৎষোড়শপ্রাণায়ামেন যোগি পুঙ্গবঃ ॥ ৩.৫৯ ॥

পাপতুলচয়ানাহো প্রলয়েৎপ্রলয়ান্ধিনা । (প্রদহেৎপ্রলয়ান্ধিনা)
ততঃ পাপবিনির্মুক্তঃ পশ্চাৎপুণ্যানি নাশয়েৎ ॥ ৩.৬০ ॥

প্রাণায়ামেন যোগীন্দ্রো লক্বেশ্বর্যষ্টকানি বৈ ।
পাপপুণ্যোদধিঃ তীর্থী ত্রৈলোক্যচরতামিয়াৎ ॥ ৩.৬১ ॥

ততোহভ্যাসক্রমেণৈব ঘটিকাত্রিতয়ং ভবেৎ ।
যেন স্যাৎসকলাসিদ্ধির্যোগিনঃ স্বৈশ্চিত্তা ধ্রুবম্ ॥ ৩.৬২ ॥

বাস্তিধিঃ কামচারিস্বং দূরদৃষ্টিস্তথৈব চ ।
দূরশ্রুতিঃ সূক্ষ্মদৃষ্টিঃ পরকায়প্রবেশনম্ ॥ ৩.৬৩ ॥

বিগ্নুগ্রলেপনে স্বর্ণমদৃশ্যকরণং তথা ।
ভবন্ত্যেতানি সর্বাণি খেচরস্বং চ যোগিনাম্ ॥ ৩.৬৪ ॥

যদা ভবেদ্ধটাবস্থা পবনাভ্যাসনে পরা ।
তদা সংসারচক্রেহস্মিন্নাস্তি যন্ন সাধয়েৎ ॥ ৩.৬৫ ॥ (সধারয়েৎ)

প্রাণাপাননাদবিন্দু জীবাত্মপরমাত্মনঃ ।
(প্রাণাপাননাদবিন্দু জীবাত্মপরমাত্মনোঃ)
মিলিষ্বা ঘটতে যস্মাত্তস্মাদ্ঘট উচ্যতে ॥ ৩.৬৬ ॥

যামমাত্রং যদা ধৰ্ত্তুং সমর্থঃ স্যাত্তদাত্তুতঃ ।
প্রত্যাহারস্তদৈব স্যান্নান্তরা ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ৩.৬৭ ॥

যং যং জানাতি যোগীন্দ্রস্তং তমাত্মেতি ভাবয়েৎ ।
যৈরিন্দ্রিয়ৈর্যদ্বিধানস্তদিন্দ্রিয়জয়ো ভবেৎ ॥ ৩.৬৮ ॥

যামমাত্রং যদা পূর্ণং ভবেদভ্যাসযোগতঃ ।
একবারং প্রকুবীত তদা যোগী চ কুণ্ডকম্ ॥ ৩.৬৯ ॥ (প্রকুবীত)

দণ্ডাষ্টকং যদা বায়ুর্নিশ্চলো যোগিনো ভবেৎ ।
স্বসামর্থ্যাত্তদাঙ্গুষ্ঠে তিষ্ঠেদ্বাতুলবৎসুধীঃ ॥ ৩.৭০ ॥

ততঃ পরিচয়াবস্থা যোগিনোহভ্যাসতো ভবেৎ ।
যদা বায়ুশ্চন্দ্রসূর্যং ত্যক্তা তিষ্ঠতি নিশ্চলম্ ।
বায়ুঃ পরিচিতো বায়ুঃ সুযুক্ষ্মা ব্যোম্নি সঞ্চারেৎ ॥ ৩.৭১ ॥ (সুযুক্ষ্মা)

ক্রিয়াশক্তিং গৃহীত্বৈব চক্রান্ভিত্ত্বা সুনিশ্চিতম্ ॥ ৩.৭২ ॥

যদা পরিচয়াবস্থা ভবেদভ্যাসযোগতঃ ।
ত্রিকূটং কর্মণাং যোগী তদা পশ্যতি নিশ্চিতম্ ॥ ৩.৭৩ ॥

ততশ্চ কর্মকূটানি প্রণবেন বিনাশয়েৎ ।
স যোগী কর্মভোগায় কায়ব্যূহং সমাচরেৎ ॥ ৩.৭৪ ॥

অস্মিনকালে মহাযোগী পঞ্চধা ধারণং চরেৎ ।
যেন ভূরাদিসিদ্ধিঃ স্যাত্ততো ভূতভয়াপহা ॥ ৩.৭৫ ॥

আধারে ঘটিকাঃ পঞ্চ লিঙ্গস্থানে তথৈব চ ।
তদূর্ধ্বং ঘটিকাঃ পঞ্চ নাভিরুন্মধ্যকে তথা ॥ ৩.৭৬ ॥

ভ্রমধ্যোর্ধ্বং তথা পঞ্চ ঘটিকা ধারয়েৎসুধীঃ ।
তথা ভূরাদিনা নষ্টো যোগীন্দ্রো ন ভবেৎখলু ॥ ৩.৭৭ ॥

মেধাবী সর্বভূতানাং ধারণাং যঃ সমভ্যাসেৎ ।
শতব্রহ্মমূতেনাপি মৃত্যুস্তস্য ন বিদ্যতে ॥ ৩.৭৮ ॥

ততোহভ্যাসক্রমেণৈব নিষ্পতির্যোগিনো ভবেৎ ।
অনাদিকর্মবীজানি যেন তীর্ন্বাহমৃতং পিবেৎ ॥ ৩.৭৯ ॥

যদা নিষ্পত্তির্ভবতি সমাধেঃ স্নেহকর্মণা ।
জীবন্মুক্তস্য শান্তস্য ভবেদ্ধীরস্য যোগিনঃ ॥ ৩.৮০ ॥

যদা নিষ্পত্তিসম্পন্নঃ সমাধিঃ স্বেচ্ছয়া ভবেৎ ॥ ৩.৮১ ॥

গৃহীত্বা চেতনাং বায়ুঃ ক্রিয়াশক্তিং চ বেগবান্ ।
সর্বানচক্রাশ্চিজিহ্বা চ জ্ঞানশক্তৌ বিলীয়তে ॥ ৩.৮২ ॥ (সর্বাংশচক্রাশ্চিজিহ্বা)

ইদানীং ক্লেশহান্যর্থং বক্তব্যং বায়ুসাধনম্ ।
যেন সংসারচক্রেহস্মিন্ রোগহানির্ভবেদধ্রুবম্ ॥ ৩.৮৩ ॥ (সংসারচক্রেহস্মিন্)

রসনাং তালুমূলে যঃ স্থাপয়িত্বা বিচক্ষণঃ ।
পিবেৎপ্রাণানিলং তস্য রোগাণাং সঙ্ক্ষয়ো ভবেৎ ॥ ৩.৮৪ ॥

কাকচক্ষু পিবেদ্বায়ুং শীতলং যো বিচক্ষণঃ ।
প্রাণাপানবিধানজ্ঞঃ স ভবেন্মুক্তিভাজনঃ ॥ ৩.৮৫ ॥

সরসং যঃ পিবেদ্বায়ুং প্রত্যহং বিধিনা সুধীঃ ।
নশ্যন্তি যোগিনস্তস্য শ্রমদাহজরাময়াঃ ॥ ৩.৮৬ ॥

রসনামূর্ধ্বগাং কৃশ্বা যশ্চন্দ্রে সলিলং পিবেৎ ।
মাসমাশ্রয়ে যোগীন্দ্রো মৃত্যুঞ্জয়তি নিশ্চিতম্ ॥ ৩.৮৭ ॥

রাজদন্তবিলং গাঢ়ং সম্পীড়্য বিধিনা পিবেৎ ।
ধ্যাত্বা কুণ্ডলিনীং দেবীং ষণ্মাসেন কবির্ভবেৎ ॥ ৩.৮৮ ॥

কাকচক্ষু পিবেদ্বায়ুং সন্ধ্যায়োরুভয়োরপি ।
কুণ্ডলিন্যা মুখে ধ্যাত্বা ক্ষয়রোগস্য শান্তয়ে ॥ ৩.৮৯ ॥

অহর্নিশং পিবেদ্যোগী কাকচক্ষু বিচক্ষণঃ ।
পিবেৎপ্রাণানিলং তস্য রোগাণাং সঙ্ক্ষয়ো ভবেৎ । (রোগানাং)
দূরশ্রুতিদূরদৃষ্টিস্তথা স্যাৎদর্শনং তলু ॥ ৩.৯০ ॥

দন্তৈর্দন্তান্মমাপীড়্য পিবেদ্বায়ুং শনৈঃ শনৈঃ । (দন্তৈর্দন্তান্মমাপীড়্য)
উর্ধ্বজিহ্বাঃ সুমেধাবী মৃত্যুঞ্জয়তি সোহচিরাৎ ॥ ৩.৯১ ॥ (মৃত্যুং জয়তি সোচিরাৎ)

ষণ্মাসমাত্রমভ্যাসং যঃ করোতি দিনে দিনে ।
সর্বপাপবিনির্মুক্তো রোগান্নাশয়তে হি সঃ ॥ ৩.৯২ ॥

সংবৎসরকৃত্যভ্যাসান্মৃত্যুঞ্জয়তি জয়তি নিশ্চিতম্ ।
(সংবৎসরকৃত্যভ্যাসান্মৃত্যুঞ্জয়তি ভবতি ধ্রুবম্ ।)
তস্মাদতিপ্রযত্নেন সাধয়েদ্যোগসাধকঃ ॥ ৩.৯৩ ॥

বর্ষত্রয়কৃত্যভ্যাসান্মৃত্যুঞ্জয়তি ভবতি ধ্রুবম্ ।
অগ্নিমাদিগুণানলক্কা জিতভূতগণঃ স্বয়ম্ ॥ ৩.৯৪ ॥

রসনামূর্ধ্বগাং কৃশ্বা ক্ষণার্থং যদি তিষ্ঠতি । (রসনামূর্ধ্বগাং)
ক্ষণেন মুচ্যতে যোগী ব্যাধিমৃত্যুজরাদিভিঃ ॥ ৩.৯৫ ॥

রসনাং প্রাণসংযুক্তাং পীড়্যমানাং বিচিন্তয়েৎ ।
ন তস্য জায়তে মৃত্যুঃ সত্যং সত্যং ময়োদিতম্ ॥ ৩.৯৬ ॥

এবমভ্যাসযোগেন কামদেবো দ্বিতীয়কঃ ।
ন ক্ষুধা ন তৃষা নিদ্রা নৈব মূৰ্ছা প্রজায়তে ॥ ৩.৯৭ ॥

অনেনৈব বিধানেন যোগীন্দ্রোহবনিমণ্ডলে ।
ভবেৎস্বচ্ছন্দচারী চ সৰ্বাপং পরিবৰ্জিতঃ ॥ ৩.৯৮ ॥

ন তস্য পুনরাবৃতির্মোদতে সসুরৈরপি ।
পুণ্যপাপৈর্ন লিপ্যেত এতদাচরণেন সঃ ॥ ৩.৯৯ ॥ (এতদাফরণেন)

চতুরশীত্যাসনানি সন্তি নানাবিধানি চ ।
তেভ্যশ্চতুষ্কমাদায় ময়োক্তানি ব্রবীম্যহম্ ।
সিদ্ধাসনং ততঃ পদ্মাসনঞ্চোগ্রং চ স্বস্তিকম্ ॥ ৩.১০০ ॥

সিদ্ধাসনকথনম্ ।
যোনিং সম্পীড়্য যত্নেন পাদমূলে ন সাধকঃ ।
মেট্রোপরি পাদমূলং বিন্যসেদ্যোগবিংসদা ॥ ৩.১০১ ॥

উর্ধ্বং নিরীক্ষ্য ক্রমধ্যং নিশ্চলঃ সংযতেন্দ্রিয়ঃ ।
বিশেষোহবক্রকায়শ্চ রহস্যদ্বৈগবৰ্জিতঃ ॥ ৩.১০২ ॥

এতৎসিদ্ধাসনং জ্ঞেয়ং সিদ্ধানাং সিদ্ধিদায়কম্ ।
যেনাভ্যাসবশাচ্ছীঘ্রং যোগনিষ্পত্তিমাশ্नुয়াৎ ॥ ৩.১০৩ ॥

সিদ্ধাসনং সদাসেব্যং পবনাভ্যাসিনা পরম্ ।
যেন সংসারমুৎসৃজ্য লভতে পরমাং গতিম্ ॥ ৩.১০৪ ॥

নাতঃ পরতরং গৃহ্যমাসনং বিদ্যতে ভুবি ।
যেনানুধ্যানমাত্রেন যোগী পাপাঘ্নিমুচ্যতে ॥ ৩.১০৫ ॥

পদ্মাসনকথনম্ ।
উত্তানৌ চরণৌ কৃশ্বা উরুসংস্থৌ প্রয়ত্নতঃ ।
উরুমধ্যে তথোত্তানৌ পানী কৃশ্বা তু তাদৃশৌ ॥ ৩.১০৬ ॥

নাসাগ্রে বিন্যসেদৃষ্টিং দন্তমূলঞ্চ জিহ্বয়া ।
উত্তোল্য চিবুকং বক্ষ উত্থাপ্য পবনং শনৈঃ ॥ ৩.১০৭ ॥

যথাশক্ত্যা সমাক্ষ্য পূরয়েদুদরং শনৈঃ ।
যথা শক্ত্যেব পশ্চাত্তু রেচয়েদবিরোধতঃ ॥ ৩.১০৮ ॥

ইদং পদ্মাসনং প্রোক্তং সৰ্বব্যাদিবিনাশনম্ ।
দুর্লভং যেন কেনাপি ধীমতা লভ্যতে পরম্ ॥ ৩.১০৯ ॥

অনুষ্ঠানে কৃতে প্রাণঃ সমশ্চলতি তৎক্ষণাৎ ।
ভবেদভ্যাসনে সম্যক্সাধকস্য ন সংশয়ঃ ॥ ৩.১১০ ॥

পদ্মাসনে স্থিতো যোগী প্রাণাপানবিধানতঃ ।
পূরয়েৎস বিমুক্তঃ স্যাৎসত্যং সত্যং বদাম্যহম্ ॥ ৩.১১১ ॥

উগ্রাসনকথনম্ ।

প্রসার্য চরণদ্বন্দ্বং পরস্পরমসংযুতম্ ।

স্বপানিভ্যাং দৃঢ়ং ধ্বজা জানুপরি শিরোন্যসেৎ ॥ ৩.১১২ ॥

আসনোগ্রমিদং প্রোক্তং ভবেদনিলদীপনম্ ।

দেহাবসানহরণং পশ্চিমোত্তানসংশ্লুকম্ ॥ ৩.১১৩ ॥

য এতদাসনং শ্রেষ্ঠং প্রত্যহং সাধয়েৎসুধীঃ ।

বায়ুঃ পশ্চিমমার্গেণ তস্য সঞ্চরতি ধ্রুবম্ ॥ ৩.১১৪ ॥

এতদভ্যাসশীলানাং সর্বসিদ্ধিঃ প্রজায়তে ।

তস্মাদ্যোগী প্রয়জ্জেন সাধয়েৎসিদ্ধিমাত্মনঃ ॥ ৩.১১৫ ॥

গোপনীয়ং প্রয়জ্জেন ন দেয়ং যস্য কস্যচিৎ ।

যেন শীঘ্রং মরুৎসিদ্ধির্ভবেদুঃখৌঘনাশিনী ॥ ৩.১১৬ ॥

স্বস্তিকাসনকথনম্ ।

জানুর্বোরন্তরে সম্যক্স্থিত্ব পাদতলে উভে ।

সমকায়ঃ সুখাসীনঃ স্বস্তিকং তৎপ্রচক্ষতে ॥ ৩.১১৭ ॥

অনেন বিধিনা যোগী মারুতং সাধয়েৎসুধীঃ ।

দেহে ন ক্রমতে ব্যাধিস্তস্য বায়ুশ্চ সিদ্ধ্যতি ॥ ৩.১১৮ ॥

সুখাসনমিদং প্রোক্তং সর্বদুঃখপ্রণাশনম্ ।

স্বস্তিকং যোগিভির্গোপ্যং স্বস্তীকরণমুত্তমম্ ॥ ৩.১১৯ ॥

ইতি শ্রীশিবসংহিতায়াং হরগৌরীসংবাদে যোগশাস্ত্রে

যোগাভ্যাসতত্ত্বকথনং নাম তৃতীয়পটলঃ সমাপ্তঃ । ৩।

চতুর্থপটলঃ

অথ মুদ্রাকথনম্ ।

আদৌ পূরক যোগেন স্বাধারে পূরয়েন্মনঃ ।

গুদমেদ্রান্তরে যোনিস্ত্যমাকুঞ্চ্য প্রবর্ততে ॥ ৪.১ ॥

যোনিমুদ্রাকথনম্ ।

ব্রহ্ময়োনিগতং ধ্যান্বিত্ব কামং কন্দুকসন্নিভম্ ।

সূর্যকোটিপ্রতীকাশং চন্দ্রকোটিসুশীতলম্ ॥ ৪.২ ॥

তস্যোর্ধ্বং তু শিখাসূক্ষ্মা চিহ্নপা পরমাকলা ।

তয়া সহিতমাত্মানমেকীভূতং বিচিন্তয়েৎ ॥ ৪.৩ ॥

গচ্ছতি ব্রহ্মমার্গেণ লিপ্তপ্রয়ক্রমেণ বৈ ।

সূর্যকোটীপ্রতীকাশং চন্দ্রকোটীসুশীতলম্ ॥ ৪.৪ ॥

অমৃতং তদ্বি স্বর্গস্থং পরমানন্দলক্ষণম্ ।
শ্বেতরক্তং তেজসাঢ্যং সুধাধারাপ্রবর্ষণম্ ।
পীত্বা কুলামৃতং দিব্যং পুনরেব বিশেৎকুলম্ ॥ ৪.৫ ॥

পুনরেব কুলং গচ্ছেন্মাত্রাযোগেন নান্যথা ।
সা চ প্রাণসমাখ্যাতা হ্যস্মিৎস্তব্ধে ময়োদিতা ॥ ৪.৬ ॥

পুনঃ প্রলীয়তে তস্যাং কালান্ধ্যাদিশিবান্নকম্ ।
যোনিমুদ্রা পরা হ্যেযা বন্ধস্তস্যাঃ প্রকীর্তিতাঃ ॥ ৪.৭ ॥

তস্যাস্তু বন্ধামত্রেণ তন্নাশ্তি যন্ন সাধয়েৎ ॥ ৪.৮ ॥

ছিन्नরূপান্তু যে মন্ত্রাঃ কীলিতাঃ স্তম্ভিতাশ্চ যে ।
দক্ষামন্ত্রাঃ শিরোহীনা মলিনান্তু তিরস্কৃতাঃ ॥ ৪.৯ ॥

মন্দা বালাস্তথা বৃদ্ধাঃ প্রৌঢ়া যৌবনগর্বিতাঃ ।
ভেদিনো ব্রহ্মসংযুক্তাঃ সপ্তাহং মূর্ছিতাশ্চয়ে ॥ ৪.১০ ॥

অরিপক্ষে স্থিতা যে চ নিবীৰ্যাঃ সস্ববর্জিতাঃ ।
তথা সস্বেন হীনাশ্চ খণ্ডিতাঃ শতধাকৃতাঃ ॥ ৪.১১ ॥

বিধিনানেন চ সংযুক্তঃ প্রভবন্ত্যচিরেণ তু । (বিধানেন চ সংযুক্তাঃ)
সিদ্ধিমোক্ষপ্রদাঃ সর্বে গুরুণা বিনিয়োজিতাঃ ॥ ৪.১২ ॥

যদ্যুচ্চরতে যোগী মন্ত্ররূপং শুভাশুভম্ ।
তৎসিদ্ধিং সমবাপ্নোতি যোনিমুদ্রানিবন্ধনাৎ ॥ ৪.১৩ ॥

দীক্ষয়িত্বা বিধানেন অভিশিষ্য সহস্রধা ।
ততো মন্ত্রাধিকারার্থমেষা মুদ্রা প্রকীর্তিতা ॥ ৪.১৪ ॥

ব্রহ্মহত্যাসহস্রাণি ত্রৈলোক্যমপি ঘাতয়েৎ ।
নাসৌ লিপ্যতি পাপেন যোনিমুদ্রানিবন্ধনাৎ ॥ ৪.১৫ ॥

গুরুহা চ সুরাপী চ স্তেয়ী চ গুরুতল্লগঃ ।
এতৈঃ পাপৈর্ন বধেত যোনিমুদ্রানিবন্ধনাৎ ॥ ৪.১৬ ॥

তস্মাদভ্যাসনং নিত্যং কর্তব্যং মোক্ষকাক্ষিণিঃ ।
অভ্যাসাচ্ছায়তে সিদ্ধিরভ্যাসান্মোক্ষমাপ্নুয়াৎ ॥ ৪.১৭ ॥

সংবিদং লভতেহভ্যাসাদ্যোগোভ্যাসাৎপ্রবর্ততে ।
মুদ্রাণাং সিদ্ধিরভ্যাসাদভ্যাসাদ্বায়ুসাধনম্ ॥ ৪.১৮ ॥

কালবঞ্চনমভ্যাসাতথা মৃত্যুঞ্জয়ো ভবেৎ ।
বাক্সিদ্ধিঃ কামচারিস্বং ভবেদভ্যাসযোগতঃ ॥ ৪.১৯ ॥

যোনিমুদ্রা পরং গোপ্যা ন দেয়া যস্য কস্যচিৎ ।

সব্বথা নৈব দাতব্য্য প্রাণৈঃ কণ্ঠগতৈরপি ॥ ৪.২০ ॥

অধুনা কথয়িষ্যামি যোগসিদ্ধিকরং পরম্ ।
গোপনীয়ং সুসিদ্ধানাং যোগং পরমদুর্লভম্ ॥ ৪.২১ ॥

সুপ্তা গুরুপ্রসাদেন যদা জাগর্তি কুণ্ডলী ।
তদা সর্বাণি পদ্মানি ভিদ্যন্তে গ্রন্থয়োপি চ ॥ ৪.২২ ॥

তস্মাৎসর্বপ্রয়জ্ঞেন প্রবোধয়িতুমীশ্বরীম্ ।
ব্রহ্মরক্তমুখে সুপ্তাং মুদ্রাভ্যাসং সমাচরেৎ ॥ ৪.২৩ ॥

মহামুদ্রা মহাবন্ধো মহাবেশ্চ খেচরী ।
জালন্ধরো মূলবন্ধো বিপরীতকৃতিস্থথা ॥ ৪.২৪ ॥

উদ্ভানং চৈব বজ্রোণী দশমে শক্তিচালনম্ ।
ইদং হি মুদ্রাদশকং মুদ্রাণামুত্তমোত্তমম্ ॥ ৪.২৫ ॥

মহামুদ্রাকথনম্ ।
মহামুদ্রাং প্রবক্ষ্যামি তন্ত্ৰেহস্মিন্মমবল্লভে ।
যাং প্রাপ্য সিদ্ধাঃ সিদ্ধিং চ কপিলাদ্যাঃ পুরাগতাঃ ॥ ৪.২৬ ॥

অপসব্যেন সম্পীড়্য পাদমূলেন সাদরম্ ।
গুরুপদেশতো যোনিং গুদমেত্রান্তরালগাম্ ॥ ৪.২৭ ॥

সব্যং প্রসারিতং পাদং ধ্বজা পাণিযুগেন বৈ । (প্রসারিত পাদ)
নবদ্বারাণি সংযম্য চিবুকং হৃদয়োপরি ॥ ৪.২৮ ॥

চিত্তং চিত্তপথে দ্বজা প্রভবেদ্বায়ুসাধনম্ ।
মহামুদ্রাভবেদেষা সর্বতন্ত্ৰেষু গোপিতা ॥ ৪.২৯ ॥

বামাঙ্গেন সমভ্যস্য দক্ষাঙ্গেনাভ্যসেৎ পুনঃ ।
প্রাণায়ামং সমং কৃৎস্বা যোগী নিয়তমানসঃ ॥ ৪.৩০ ॥

অনেন বিধিনা যোগী মন্দভাগ্যোহপি সিধ্যতি ।
সর্বাসামেব নাড়ীনাং চালনং বিন্দুমারণম্ ॥ ৪.৩১ ॥

জীবনক্ৰ কষায়স্য পাতকানাং বিনাশনম্ ।
কুণ্ডলীতাপনং বায়োব্রহ্মরক্তপ্রবেশনম্ ॥ ৪.৩২ ॥

সর্বরোগোপশমনং জঠরাগ্নিবিবর্ধনম্ ।
বপুষা কান্তিমমলাং জরামৃত্যুবিনাশনম্ ॥ ৪.৩৩ ॥

বাঞ্ছিতার্থফলং সৌখ্যমিন্দ্রিয়াণাঞ্চ মারণম্ ।
এতদুক্তানি সর্বাণি যোগারুঢ়স্য যোগিনঃ ।
ভবেদভ্যাসতোহবশ্যং নাত্র কার্য্য বিচারণা ॥ ৪.৩৪ ॥

গোপনীয়া প্রয়জ্ঞেন মুদ্রেয়ং সুরপূজিতে ।
যান্তু প্রাপ্য ভবান্ধোদেহঃ পারং গচ্ছন্তি যোগিনঃ ॥ ৪.৩৫ ॥

মুদ্রা কামদুঘা হ্যেমা সাধকানাং ময়োদিতা ।
গুপ্তাচারেণ কৰ্তব্যং ন দেয়া যস্য কস্যচিৎ ॥ ৪.৩৬ ॥

মহাবন্ধকথনম্ ।

ততঃ প্রসারিতঃ পাদো বিন্যস্য তমুরপরি ॥ ৪.৩৭ ॥

গুদয়োনিং সমাকুঞ্চ্য কৃষ্ণা চাপানমূৰ্ধগম্ ।
যোজয়িত্বা সমানেন কৃষ্ণা প্রাণমধোমুখম্ ॥ ৪.৩৮ ॥

বন্ধয়েদূৰ্ধ্বগত্যর্থং প্রাণাপানেন যঃ সুধীঃ ।
কথিতোহয়ং মহাবন্ধঃ সিদ্ধিমার্গপ্রদায়কঃ ॥ ৪.৩৯ ॥

নাডীজালাদ্রসবুহো মূৰ্ধানং যাতি যোগিনঃ ।
উভাভ্যাং সাধয়েৎ পদ্ম্যামেকৈকং সুপ্রয়ত্নতঃ ॥ ৪.৪০ ॥

ভবেদভ্যাসতো বায়ুঃ সুষুম্ণামধ্যসঙ্গতঃ ।
অনেন বপুষঃ পুষ্টির্দৃঢ়বন্ধোহস্থিপঞ্জরে ॥ ৪.৪১ ॥

সম্পূৰ্ণহৃদয়ো যোগী ভবন্ত্যেতানি যোগিনঃ ।
বন্ধেনানেন যোগীন্দ্রঃ সাধয়েৎ সৰ্বমীপ্সিতম্ ॥ ৪.৪২ ॥

মহাবেধকথনম্ ।

অপানপ্রাণয়োরৈক্যং কৃষ্ণা ত্রিভুবনেশ্বরী ।
মহাবেধস্থিতো যোগী কুক্ষিপূৰ্ণ বায়ুনা ।
স্ফিটো সন্ত্যডয়েদ্ধীমাশ্বেধোহয়ং কীর্তিতো ময়া ॥ ৪.৪৩ ॥

বেধেনানেন সংবিধ্য বায়ুনা যোগিপুঙ্গবঃ ।
গ্রন্থিং সুষুম্ণামার্গেণ ব্রহ্মগ্রন্থিং ভিনত্সৌ ॥ ৪.৪৪ ॥

যঃ কৰোতি সদাভ্যাসং মহাবেধং সুগোপিতম্ ।
বায়ুসিদ্ধিৰ্ভবেতস্য জরামরণনাশিনী ॥ ৪.৪৫ ॥

চক্রমধ্যে স্থিতা দেবাঃ কম্পন্তি বায়ুতাডনাং ।
কুণ্ডল্যপি মহামায়া কৈলাসে সা বিলীয়তে ॥ ৪.৪৬ ॥

মহামুদ্রামহাবন্ধৌ নিষ্কলৌ বেধবর্জিতৌ । (নিষ্কলৌ)
তস্মাদ্যোগী প্রয়ত্নেন কৰোতি ত্রিতয়ং ক্রমাৎ ॥ ৪.৪৭ ॥

এতপ্রয়ং প্রয়ত্নেন চতুর্বারং কৰোতি যঃ ।
ষণ্মাসাভ্যন্তরং মৃত্যুঞ্জয়ত্যেব ন সংশয়ঃ ॥ ৪.৪৮ ॥

এতপ্রয়স্য মাহাত্ম্যং সিদ্ধৌ জানাতি নেতরঃ ।
যজ্ঞস্তাস্থা সাধকাঃ সৰ্বে সিদ্ধিং সম্যগ্ভন্তি বৈ ॥ ৪.৪৯ ॥

গোপনীয় প্রয়ত্নেন সাধকৈঃ সিদ্ধিমীপ্সুভিঃ ।
অন্যথা চ ন সিদ্ধিঃ স্যান্মুদ্রাণামেষ নিশ্চয়ঃ ॥ ৪.৫০ ॥

থেচরীমুদ্রাকথনম্ ।

ব্রুবোরন্তর্গতাং দৃষ্টিং বিধায় সুদৃঢ়াং সুধীঃ ॥ ৪.৫১ ॥ (সুদৃঢ়া)

উপবিশ্যাসনে বজ্রে নানোপদ্রববর্জিতঃ ।

লম্বিকোষ্মং স্থিতে গর্তে রসনাং বিপরীতগাম্ ॥ ৪.৫২ ॥

সংযোজয়েৎপ্রয়জ্ঞেন সুধাকূপে বিচক্ষণঃ ।

মুদ্রৈষা থেচরী প্রোক্তা ভক্তানামনুরোধতঃ ॥ ৪.৫৩ ॥

সিদ্ধীনাং জননী হ্যেমা মম প্রাণাধিকপ্রিয়া ।

নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাং পীযুষং প্রত্যহং পিবেৎ ।

তেন বিগ্রহসিদ্ধিঃ স্যান্মুতু্যমাতঙ্গকেসরী ॥ ৪.৫৪ ॥

অপবিত্রঃ পবিত্রো বা সর্বাবস্থাং গতোহপি বা ।

থেচরী যস্য শুদ্ধা তু স শুদ্ধো নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৪.৫৫ ॥

ক্ষণার্থং কুরুতে যন্তু তীর্থী পাপমহার্ণবম্ ।

দিব্যভোগাল্পপ্রভুক্তা চ সৎকুলে স প্রজায়তে ॥ ৪.৫৬ ॥

মুদ্রৈষা থেচরী যন্তু স্বস্থচিহ্নো হ্যতন্দ্রিতঃ ।

শতব্রহ্মগতেনাপি ক্ষণার্থং মন্যতে হি সঃ ॥ ৪.৫৭ ॥

গুরুপদেশতো মুদ্রাং যো বেত্তি থেচরীমিমাম্ ।

নানাপাপরতো ধীমান্ স যাতি পরমাং গতিম্ ॥ ৪.৫৮ ॥

সা প্রাণসদৃশী মুদ্রা যস্মিন্ কস্মিন্ দীয়তে । (যস্মৈ কস্মৈ ন)

প্রচ্ছাদ্যতে প্রয়জ্ঞেন মুদ্রেয়ং সুরপূজিতে ॥ ৪.৫৯ ॥

জালঙ্করবন্ধকথনম্ ।

বন্ধাগলশিরাজালং হৃদয়ে চিবুকং ন্যসেৎ ।

বন্ধোজালঙ্করঃ প্রোক্তো দেবানামপি দুর্লভঃ ॥ ৪.৬০ ॥

নাভিস্থবহ্নির্জলুনাং সহস্রকমলচ্যুতম্ ।

পিবেৎ পীযুষবিস্তারং তদর্থং বন্ধয়েদিমম্ ॥ ৪.৬১ ॥

বন্ধেনানেন পীযুষং স্বয়ং পিবতি বুদ্ধিমান্ ।

অমরত্বঞ্চ সম্প্রাপ্য মোদতে ভুবনত্রয়ে ॥ ৪.৬২ ॥

জালঙ্করো বন্ধ এষ সিদ্ধানাং সিদ্ধিদায়কঃ ।

অভ্যাসঃ ক্রিয়তে নিত্যং যোগিনা সিদ্ধিমিচ্ছতা ॥ ৪.৬৩ ॥

মূলবন্ধকথনম্ ।

পাদমূলে সস্পীড়্য গুদমার্গে যন্তিতম্ ॥ ৪.৬৪ ॥

বলাদপানমাক্ষ্য ক্রমাদূর্ধ্বং সুচারয়েৎ ।

কল্পিতোহয়ং মূলবন্ধো জরামরণনাশনঃ ॥ ৪.৬৫ ॥

অপানপ্রাণয়োরৈক্যং প্রকরোত্যধিকল্পিতম্ ।

বন্ধনানেন সূতরাং যোনিমুদ্রা প্রসিদ্ধ্যতি ॥ ৪.৬৬ ॥

সিদ্ধায়াং যোনিমুদ্রায়াং কিং ন সিদ্ধ্যতি ভূতলে ।
বন্ধস্যাস্য প্রসাদেন গগনে বিজিতানিলঃ ।
পদ্মাসনে স্থিতো যোগী ভুবমুংসৃজ্য বর্ততে ॥ ৪.৬৭ ॥

সুগুপ্তে নির্জনে দেশে বন্ধমেনং সমভ্যসেৎ ।
সংসারসাগরং তর্জুং যদীচ্ছ্যেদ্যোগি পুঙ্গবঃ ॥ ৪.৬৮ ॥

বিপরীতকরণীমুদ্রাকথনম্ ।
ভূতলে স্বশিরোদ্বাথে নয়েচ্চরণদ্বয়ম্ ।
বিপরীতকৃতিশ্চৈষা সর্বতল্লেশু গোপিতা ॥ ৪.৬৯ ॥

এতদ্যঃ কুরুতে নিত্যমভ্যাসং যামমাত্রতঃ ।
মৃত্যুঞ্জয়তি স যোগী প্রলয়েনাপি সীদতি ॥ ৪.৭০ ॥ (যোগীশঃ)

কুরুতেহমৃতপানং যঃ সিদ্ধানাং সমতামিয়াৎ ।
স সেব্যঃ সর্বলোকানাং বন্ধমেনং করোতি যঃ ॥ ৪.৭১ ॥

উদ্ভয়ানবন্ধকথনম্ ।
নাভেরুর্ধ্বমধশ্চাপি তানং পশ্চিমমাচরেৎ ।
উদ্ভয়ানবন্ধ এষ স্যাৎসর্বদুঃখৌঘনাশনঃ ॥ ৪.৭২ ॥

উদরে পশ্চিমং তানং নাভেরুর্ধ্বং তু কারয়েৎ ।
উদ্ভয়ানাথ্যেহত্র বন্ধোহয়ং মৃত্যুমাতঙ্গকেশরী ॥ ৪.৭৩ ॥

নিত্যং যঃ কুরুতে যোগী চতুর্বারং দিনে দিনে ।
তস্য নাভেস্তু শুদ্ধিঃ স্যাদ্যেন সিদ্ধো ভবেন্মরুৎ ॥ ৪.৭৪ ॥ (নাভেস্সুশুদ্ধিঃ সাদ্যেন)

ষণ্মাসমভ্যাসন্যোগী মৃত্যুঞ্জয়তি নিশ্চিতম্ ।
তস্যোদরান্নির্জলতি রসবৃদ্ধিঃ প্রজায়তে ॥ ৪.৭৫ ॥

অনেন সূতরাং সিদ্ধির্বিগ্রহস্য প্রজায়তে ।
রোগাণাং সঙ্ক্য়শ্চাপি যোগিনো ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ৪.৭৬ ॥

গুরোল্লঙ্ঘ্য প্রয়জ্ঞেন সাধয়েতু বিচক্ষণঃ ।
নির্জনে সুস্থিতে দেশে বন্ধং পরমদুর্লভম্ ॥ ৪.৭৭ ॥

বজ্রোলীমুদ্রাকথনম্ ।
বজ্রোলীং কথয়িষ্যামি সংসারধ্বাংস্তনাশিনীম্ ।
স্বৈভক্তেভ্যঃ সমাসেন গুহ্যানুহত্যতমামপি ॥ ৪.৭৮ ॥

স্বৈচ্ছয়া বর্তমানোহপি যোগোক্তনিয়েমৈর্বিদ্যা ।
মুক্তো ভবতি গার্হস্থ্যে বজ্রোল্যভ্যাসযোগতঃ ॥ ৪.৭৯ ॥

বজ্রোল্যভ্যাসযোগোহয়ং ভোগে যুক্তোহপি মুক্তিদঃ ।
তস্মাদতিপ্রয়জ্ঞেন কর্তব্যো যোগিভিঃ সদা ॥ ৪.৮০ ॥

আদৌ রজঃ স্ত্রিয়ো যোন্যাঃ যজ্ঞেন বিধিবৎসুধীঃ ।
আকুশ্য লিঙ্গনালেন স্বশরীরে প্রবেশয়েৎ ॥ ৪.৮১ ॥

স্বকং বিন্দুশ্চ সম্বক্ষ্য লিঙ্গচালনমাচরেৎ ।
দৈবাঙ্কলতি চেদূর্ধ্বং নিবন্ধো যোনিমুদ্রয়া ॥ ৪.৮২ ॥

বামমার্গেহপি তদ্বিন্দুং নীত্বা লিঙ্গং নিবারয়েৎ ।
ক্ষণমাত্রং যোনিতো যঃ পুমাংস্চালনমাচরেৎ ॥ ৪.৮৩ ॥

গুরুপদেশতো যোগী হৃৎহৃৎকারেণ যোনিতঃ ।
অপানবায়ুমাকুশ্য বলাদাকুশ্য তদ্রজঃ ॥ ৪.৮৪ ॥

অনেন বিধিনা যোগী ক্ষিপ্ৰং যোগস্য সিদ্ধয়ে ।
ভব্যভুক্করুতে যোগী গুরুপাদাঙ্কপূজকঃ ॥ ৪.৮৫ ॥

বিন্দুর্বিধুময়ো স্ত্রয়ো রজঃ সূর্যময়স্তথা ।
উভয়োর্মেলনং কার্যং স্বশরীরে প্রবেশয়েৎ ॥ ৪.৮৬ ॥

অহং বিন্দু রজঃ শক্তিরুভয়োর্মেলনং যদা ।
যোগিনাং সাধনাবস্থা ভবেদ্বিব্যং বপুস্তদা ॥ ৪.৮৭ ॥

মরণং বিন্দুপাতেন জীবনং বিন্দুধারণে ।
তস্মাদতিপ্রযজ্ঞেন কুরুতে বিন্দুধারণম্ ॥ ৪.৮৮ ॥

জায়তে স্ত্রিয়তে লোকে বিন্দুনা নাত্র সংশয়ঃ ।
এতজ্ঞত্বা সদা যোগী বিন্দুধারণমাচরেৎ ॥ ৪.৮৯ ॥

সিদ্ধে বিন্দৌ মহায়জ্ঞে কিং ন সিধ্যতি ভূতলে ।
যস্য প্রসাদান্মহিমা মমাপ্যেতাদৃশো ভবেৎ ॥ ৪.৯০ ॥

বিন্দুঃ কুরোতি সর্বেষাং সুখং দুঃখঞ্চ সংস্থিতঃ ।
সংসারিণাং বিমূঢ়ানাং জরামরণশালিনাম্ ॥ ৪.৯১ ॥

অয়ং চ শাঙ্করো যোগো যোগিনামুত্তমোত্তমঃ ॥ ৪.৯২ ॥

অভ্যাসাৎসিদ্ধিমাপ্নোতি ভোগযুক্তোহপি মানবঃ ।
সকলঃ সাধিতার্থোহপি সিদ্ধো ভবতি ভূতলে ॥ ৪.৯৩ ॥

ভুক্তা ভোগানশেষান্ বৈ যোগেনানেন নিশ্চিতম্ ।
অনেন সকলা সিদ্ধির্যোগিনাং ভবতি ধ্রুবম্ ।
সুখভোগেন মহতা তস্মাদেনং সমভ্যসেৎ ॥ ৪.৯৪ ॥

সহজোল্যমরৌলী চ বজ্রোল্যা ভেদতো ভবেৎ ।
যেন কেন প্রকারেণ বিন্দুং যোগী প্রধারয়েৎ ॥ ৪.৯৫ ॥

দৈবাঙ্কলতি চেদ্বিধে মেলনং চন্দ্রসূর্যযোঃ ।
অমরোলিরিয়ং প্রোক্তা লিঙ্গনালেন শোষয়েৎ ॥ ৪.৯৬ ॥

গতং বিন্দুং স্বকং যোগী বন্ধয়েদ্যোনিমুদ্রয়া ।
সহজোলীরিয়ং প্রোক্তা সর্বতন্ত্ৰেষু গোপিতা ॥ ৪.৯৭ ॥

সংস্কারভেদাদ্ভবেদেদঃ কার্যং তুল্যগতির্যদি ।
তস্মাৎসর্বপ্রয়জ্ঞেন সাধ্যতে যোগিভিঃ সদা ॥ ৪.৯৮ ॥

অয়ং যোগো ময়া প্রোক্তো ভক্তানাং স্নেহতঃ প্রিয়ে ।
গোপনীয়ঃ প্রয়জ্ঞেন ন দেয়ো যস্য কস্যচিৎ ॥ ৪.৯৯ ॥

এতদ্ব্যহতমং গুহ্যং ন ভূতং ন ভবিষ্যতি ।
তস্মাদেতৎপ্রয়জ্ঞেন গোপনীয়ং সদা বুধৈঃ ॥ ৪.১০০ ॥

স্বমূত্রোৎসর্গকালে যো বলাদাকৃষ্য বায়ুনা ।
স্ভোকং স্ভোকং ত্যজেন্মূত্রমূর্ধ্বমাকৃষ্য তৎপুনঃ ॥ ৪.১০১ ॥

গুরুপদিষ্টমার্গেণ প্রত্যহং যঃ সমাচরেৎ ।
বিন্দুসিদ্ধির্ভবেতস্য মহাসিদ্ধিপ্রদায়িকা ॥ ৪.১০২ ॥

ষণ্মাসমভ্যাসেদ্যো বৈ প্রত্যহং গুরুশিক্ষয়া ।
শতাব্দ্যাবিভোগেহপি তস্য বিন্দুর্ন নশ্যতি ॥ ৪.১০৩ ॥

সিদ্ধে বিন্দৌ মহায়জ্ঞে কিং ন সিদ্ধ্যতি পার্বতি ।
ঈশং যৎপ্রসাদেন মমাপি দুর্লভং ভবেৎ ॥ ৪.১০৪ ॥

শক্তিচালনমুদ্রাকথনম্ ।
আধারকমলে সুপ্তাং চালয়েৎকুণ্ডলীং দৃঢ়াম্ ।
অপানবায়ুমারুহ্য বলাদাকৃষ্য বুদ্ধিমান্ ।
শক্তিচালনমুদ্রেয়ং সর্বশক্তিপ্রদায়িনী ॥ ৪.১০৫ ॥

শক্তিচালনমেবং হি প্রত্যহং যঃ সমাচরেৎ ।
আয়ুর্বৃদ্ধির্ভবেতস্য রোগাণাং চ বিনাশনম্ ॥ ৪.১০৬ ॥

বিহায় নিদ্রা ভুজগী স্বয়মূর্ধ্বং ভবেৎখলু ।
তস্মাদভ্যাসনং কার্যং যোগিনা সিদ্ধমিচ্ছতা ॥ ৪.১০৭ ॥

যঃ কৰোতি সদাভ্যাসং শক্তিচালনমুত্তমম্ ।
যেন বিগ্রহসিদ্ধিঃ স্যাৎসিদ্ধিমাগিগুণপ্রদা ॥ ৪.১০৮ ॥

গুরুপদেশবিধিনা তস্য মৃত্যুভয়ং কুতঃ ।
মুহূর্তদ্বয়পর্যন্তং বিধিনা শক্তিনাশনম্ ॥ ৪.১০৯ ॥

যঃ কৰোতি প্রয়জ্ঞেন তস্য সিদ্ধিরদূরতঃ ।
যুক্তাসনে কৰ্তব্যং যোগিভিঃ শক্তিচালনম্ ॥ ৪.১১০ ॥

এতৎসুমুদ্রাদশকং ন ভূতং ন ভবিষ্যতি ।
একৈকাভ্যাসনে সিদ্ধিঃ সিদ্ধো ভবতি নান্যথা ॥ ৪.১১১ ॥

ইতি শ্রীশিবসংহিতায়াং হরগৌরীসংবাদে যোগশাস্ত্রে

পঞ্চমপটলঃ

শ্রীদেবুবাচ ।

ব্রহ্মি মে বাক্যমীশান পরমার্থধিয়ং প্রতি ।

যে বিদ্বাঃ সন্তি লোকানাং বদ মে প্রিয় শঙ্কর ॥ ৫.১ ॥

ঈশ্বর উবাচ ।

শৃণু দেবি প্রবক্ষ্যামি যথা বিদ্বাঃ স্থিতাঃ সদা ।

মুক্তিং প্রতি নরাণাঞ্চ ভোগঃ পরমবন্ধনঃ ॥ ৫.২ ॥

ভোগরূপযোগবিদ্বকথনম্ ।

নারী শয়্যাসনং বস্ত্রং ধনমস্য বিডম্বনম্ ।

তাম্বুলভক্ষ্যানানি রাজ্যৈশ্বর্যবিভূতয়ঃ ॥ ৫.৩ ॥

হৈমং রৌপ্যং তথা তাম্রং রত্নাণ্ডরুধেনবঃ ।

পাণ্ডিত্যং বেদশাস্ত্রাণি নৃত্যং গীতং বিভূষণম্ ॥ ৫.৪ ॥

বংশী বীণা মৃদঙ্গাশ্চ গজেন্দ্রচাস্ত্রবাহনম্ ।

(দারাপত্যানি বিষয়া বিদ্বা এতে প্রকীর্তিতাঃ ।)

ভোগরূপা ইমে বিদ্বা ধর্মরূপানিমাশ্ণু ॥ ৫.৫ ॥

ধর্মরূপযোগবিদ্বকথনম্ ।

স্নানং পূজাবিধির্হোমং তথা মোক্ষময়ী স্থিতিঃ ।

ব্রতোপবাসনিয়মমৌনমিন্দ্রিয়নিগ্রহঃ ॥ ৫.৬ ॥

ধ্যোয়ো ধ্যানং তথা মন্ত্রো দানং ত্যাগির্দিশাসু চ ।

বাসীকৃপতডাগাদিপ্রাসাদারামকল্পনা ॥ ৫.৭ ॥

যজ্ঞং চান্দ্রায়ণং কৃচ্ছ্রং তীর্থানি বিবিধানি চ ।

দৃশ্যন্তে চ ইমে বিদ্বা ধর্মরূপেণ সংস্থিতাঃ ॥ ৫.৮ ॥

জ্ঞানরূপবিদ্বকথনম্ ।

যতু বিদ্বং ভবেজ্ঞানং কথ্যামি বরাননে ।

গোমুখং স্বাসনং কৃষ্ণা ধৌতিপ্রক্ষালনং চ তৎ ॥ ৫.৯ ॥

নাডীসংস্কারবিজ্ঞানং প্রত্যাহারনিরোধনম্ ।

কুক্ষিসংস্কারং ক্ষিপ্ৰং প্রবেশ ইন্দ্রিয়াধ্বনা ।

নাডীকর্মাণি কল্যাণি ভোজনং শ্রয়তাং মম ॥ ৫.১০ ॥

নবধাতুরসং ছিক্তি শূন্যিকাস্তাডয়েৎপুনঃ ।

এককালং সমাধিঃ স্যাল্লিঙ্গভূতমিদং শৃণু ॥ ৫.১১ ॥

সঙ্গমং গচ্ছ সাধুনাং সঙ্কোচং ভজ দুর্জনাং ।
প্রবেশনির্গমে বায়োর্গুরুলক্ষ্যং বিলোকয়েৎ ॥ ৫.১২ ॥

পিণ্ডস্থং রূপসংস্থং রূপস্থং রূপবর্জিতম্ ।
ব্রহ্মৈতস্মিন্মতাবস্থা হৃদয়ং প্রশাম্যতি ।
ইত্যেতে কথিতা বিদ্যা জ্ঞানরূপে ব্যবস্থিতাঃ ॥ ৫.১৩ ॥

চতুর্বিধযোগকথনম্ ।
মন্ত্রযোগো হঠশ্চৈব লয়যোগস্তুতীয়কঃ ।
চতুর্থো রাজযোগঃ স্যাৎস দ্বিধাভাববর্জিতঃ ॥ ৫.১৪ ॥

চতুর্ধা সাধকো জ্ঞেয়ো মৃদুমধ্যাধিমাগ্রকঃ ।
অধিমাগ্রতমঃ শ্রেষ্ঠো ভবাক্কৌ লক্ষ্যনক্ষমঃ ॥ ৫.১৫ ॥

মৃদুসাধকলক্ষণম্ ।
মন্দোৎসাহী সুসম্মূঢ়ো ব্যাধিস্থো গুরুদূষকঃ ।
লোভী পাপমতিশ্চৈব বহাশী বনিতাপ্রয়ঃ ॥ ৫.১৬ ॥

চপলঃ কাতরো রোগী পরাধীনোহতিনিষ্ঠুরঃ ।
মন্দাচারো মন্দবীর্যো জ্ঞাতব্যো মৃদুমানবঃ ॥ ৫.১৭ ॥

দ্বাদশাব্দে ভবেৎসিদ্ধিরেতস্য যত্নতঃ পরম্ ।
মন্ত্রযোগাধিকারী স জ্ঞাতব্যো গুরুণা ধ্রুবম্ ॥ ৫.১৮ ॥

মধ্যমসাধকলক্ষণম্ ।
সমবুদ্ধিঃ ক্ষমায়ুক্তঃ পুণ্যাকাঙ্ক্ষী প্রিয়ংবদঃ ।
মধ্যস্থঃ সর্বকার্যেষু সামান্যঃ স্যান্নসংশয়ঃ ।
এতজ্ঞোহৈব গুরুভির্দীয়তে মুক্তিতো লয়ঃ ॥ ৫.১৯ ॥

অধিমাগ্রসাধকলক্ষণং
স্থিরবুদ্ধির্লয়ে যুক্তঃ স্বাধীনো বীর্যবানপি ।
মহাশয়ো দয়ামুক্তঃ ক্ষমাবান্ সত্যবানপি ॥ ৫.২০ ॥

শূরো বয়ঃস্থঃ শ্রদ্ধাবান্ গুরুপাদাঙ্কপূজকঃ ।
যোগাভ্যাসরতশ্চৈব জ্ঞাতব্যশ্চাধিমাগ্রকঃ ॥ ৫.২১ ॥

এতস্য সিদ্ধিঃ ষড়্বর্ষৈর্ভবেদভ্যাসযোগতঃ ।
এতস্মৈ দীয়তে ধীরো হঠযোগশ্চ সাঙ্গতঃ ॥ ৫.২২ ॥

অধিমাগ্রতমসাধকলক্ষণম্ ।
মহাবীর্যাব্বিতোৎসাহী মনোজ্ঞঃ শৌর্যবানপি ।
শান্তজ্ঞোহভ্যাসশীলশ্চ নির্মোহশ্চ নিরাকুলঃ ॥ ৫.২৩ ॥

নবযৌবনসম্পন্নো মিতাহারী জিতেন্দ্রিয়ঃ ।
নির্ভয়শ্চ শুচির্দক্ষো দাতা সর্বজনাশ্রয়ঃ ॥ ৫.২৪ ॥

অধিকারী স্থিরো ধীমান্ যথেষ্টাবস্থিতঃ ক্ষমী ।

সুশীলো ধর্মচারী চ গুপ্তচেষ্টঃ প্রিয়ংবদঃ ॥ ৫.২৫ ॥

শান্ত্রবিশ্বাসসম্পন্নো দেবতা গুরুপূজকঃ ।
জনসঙ্গবিরক্তশ্চ মহাব্যাধি বিবর্তিতঃ ॥ ৫.২৬ ॥

অধিমাত্ররোজ্জ্বলঃ সর্বযোগস্য সাধকঃ । (অধিমাত্ররতশ্চ / অধিমাত্ররতগুপ্তশ্চ)
ত্রিভিঃসংবৎসরৈঃ সিদ্ধিরেতস্য নাত্র সংশয়ঃ ।
সর্বযোগাধিকারী স নাত্র কার্য বিচারণা ॥ ৫.২৭ ॥

প্রতীকোপাসনম্ ।
প্রতীকোপাসনা কার্য দৃষ্টাদৃষ্টফলপ্রদা ।
পুনাতি দর্শনাদত্র নাত্র কার্য বিচারণা ॥ ৫.২৮ ॥

গাঢ়াতপে স্বপ্রতিবিশ্বিতেশ্বরং নিরীক্ষ্য বিস্ফারিতলোচনদ্বয়ম্ ।
যদা নভঃ পশ্যতি স্বপ্রতীকং নভোহঙ্গণে তৎক্ষণমেব পশ্যতি ॥ ৫.২৯ ॥

প্রত্যহং পশ্যতে যো বৈ স্বপ্রতীকং নভোহঙ্গণে ।
আয়ুর্বুদ্ধির্ভবেতস্য ন মৃত্যুঃ স্যাৎকদাচন ॥ ৫.৩০ ॥

যদা পশ্যতি সম্পূর্ণং স্বপ্রতীকং নভোহঙ্গণে ।
তদা জয়ং সভায়াঞ্চ যুদ্ধে নির্জিত্য সঙ্করেৎ ॥ ৫.৩১ ॥ (জয়মবাপ্নোতি বায়ুং)

যঃ করোতি সদাভ্যাসং চান্নানং বিন্দতে পরম্ । (বিন্দতে)
পূর্ণানন্দৈকপুরুষং স্বপ্রতীকপ্রসাদতঃ ॥ ৫.৩২ ॥

যাত্রাকালে বিবাহে চ শুভে কর্মণি সঙ্কটে ।
পাপক্ষয়ে পুণ্যবৃদ্ধৌ প্রতীকোপাসনশ্বরেৎ ॥ ৫.৩৩ ॥

নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাদন্তরে পশ্যতি ধ্রুবম্ ।
তদা মুক্তিমবাপ্নোতি যোগী নিয়তমানসঃ ॥ ৫.৩৪ ॥

অঙ্গুষ্ঠাভ্যামুভে শ্রোত্রে তর্জনীভ্যাং দ্বিলোচনে ।
নাসারন্ধ্রে চ মধ্যাভ্যামনামাভ্যাং মুখং দৃঢ়ম্ ॥ ৫.৩৫ ॥

নিরুধ্য মারুতং যোগী যদৈব কুরুতে ভূশম্ ।
তদা তৎক্ষণমাত্মনং জ্যোতীরূপং স পশ্যতি ॥ ৫.৩৬ ॥

তত্তেজো দৃশ্যতে যেন ক্ষণমাত্রং নিরাকুলম্ ।
সর্বপাপবিনির্মুক্তঃ স যাতি পরমাং গতিম্ ॥ ৫.৩৭ ॥

নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাদ্যোগী বিগতকল্মষঃ ।
সর্বদেহাদি বিস্মৃত্য তদভিন্নঃ স্বয়ং গতঃ ॥ ৫.৩৮ ॥

যঃ করোতি সদাভ্যাসং গুপ্তাচারেণ মানবঃ ।
স বৈ ব্রহ্মবিলীনঃ স্যাৎপাপকর্মরতো যদি ॥ ৫.৩৯ ॥

গোপনীয়ঃ প্রয়জ্জন সদ্যঃ প্রত্যেকারকঃ ।
নির্বাণদায়কো লোকে যোগোহয়ং মম বল্লভঃ ।

নাদঃ সঙ্গায়তে তস্য ক্রমেণাভ্যাসতশ্চ যঃ ॥ ৫.৪০ ॥ (বৈ)

মত্তভৃঙ্গবেণুবীণাসদৃশঃ প্রথমো ধ্বনিঃ ।
এবমভ্যাসতঃ পশ্চাৎ সংসারধ্বান্তনাশনম্ ।
ঘণ্টানাদসমঃ পশ্চাৎ ধ্বনির্মেঘরবোপমঃ ॥ ৫.৪১ ॥

ধ্বনৌ তস্মিন্মনো দম্বা যদা তিষ্ঠতি নির্ভরঃ । (নির্ভয়ঃ)
তদা সঙ্গায়তে তস্য লয়স্য মম বল্লভে ॥ ৫.৪২ ॥

তত্র নাদে যদা চিত্তং রমতে যোগিনো ভূশম্ ।
বিস্মৃত্য সকলং বাহ্যং নাদেন সহ শাম্যতি ॥ ৫.৪৩ ॥

এতদভ্যাসযোগেন জিহ্বা সম্যগ্গুণান্বহন্ ।
সর্বরম্ভপরিভ্যাগী চিদাকাশে বিলীয়তে ॥ ৫.৪৪ ॥

নাসনং সিদ্ধসদৃশং ন কুণ্ডসদৃশং বলম্ ।
ন খেচরীসমা মুদ্রা ন নাদসদৃশো লয়ঃ ॥ ৫.৪৫ ॥

ষট্চক্র বিবরণম্ ।
মূলাধারপদ্মনিরূপণ ।
ইদানীং কথয়িষ্যামি মুক্তস্যানুভবং প্রিয়ে ।
যজ্ঞস্তাস্মা লভতে মুক্তিং পাপযুক্তোহপি সাধকঃ ॥ ৫.৪৬ ॥

সমভ্যর্চ্যেত্বরং সম্যক্স্থিত্ব চ যোগমুত্তমম্ ।
গৃহীয়াৎসুস্থিতো ভূত্বা গুরুং সন্তোষ্য বুদ্ধিমান্ ॥ ৫.৪৭ ॥

জীবাদি সকলং বস্তু দম্বা যোগবিদং গুরুম্ । (বস্তুং)
সন্তোষ্যাদিপ্রয়জ্ঞেন যোগোহয়ং গৃহ্যতে বুধৈঃ ॥ ৫.৪৮ ॥

বিপ্রান্সন্তোষ্য মেধাবী নানামঙ্গলসংযুতঃ ।
মমালয়ে শুচিভূত্বা গৃহীয়াচ্ছূভাস্ককম্ ॥ ৫.৪৯ ॥

সংন্যস্যানেন বিধিনা প্রাপ্তনং বিগ্রহাদিকম্ ।
ভূত্বা দিব্যবপূর্যোগী গৃহীয়াদ্বক্ষ্যমাণকম্ ॥ ৫.৫০ ॥

পদ্মাসনস্থিতো যোগী জনসঙ্গবিবর্তিতঃ ।
বিজ্ঞাননাডীদ্বিতয়মঙ্গুলীভ্যাং নিরোধয়েৎ ॥ ৫.৫১ ॥

সিদ্ধেস্তুদাবির্ভবতি সুখরূপী নিরঞ্জনঃ ।
তস্মিন্পরিশ্রমঃ কার্যো যেন সিদ্ধো ভবেৎখলু ॥ ৫.৫২ ॥

যঃ কৰোতি সদাভ্যাসং তস্য সিদ্ধির্ন দূরতঃ ।
বায়ুসিদ্ধির্ভবেতস্য ক্রমাদেব ন সংশয়ঃ ॥ ৫.৫৩ ॥ (বায়ুসিদ্ধির্ভবেতস্য)

সকৃদ্যঃ কুরুতে যোগী পাপৌঘং নাশয়েদঙ্কবম্ ।
তস্য স্যান্মধ্যমে বায়োঃ প্রবেশো নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৫.৫৪ ॥

এতদভ্যাসশীলো যঃ স যোগী দেবপূজিতঃ ।

অগ্নিমাদিগুণানল্লব্ধা বিচরেদ্বুবনগ্রয়ে ॥ ৫.৫৫ ॥

যো যথাস্যানিলাভ্যাসাত্তবেতস্য বিগ্রহঃ ।
তিষ্ঠেদান্নি মেধাবী সংযুতঃ ক্রীডতে ভ্রশম্ ॥ ৫.৫৬ ॥

এতদ্যোগং পরং গোপ্যং ন দেয়ং যস্য কস্যাচিৎ ।
সম্প্রমাণঃ সমায়ুক্তস্তমেব কথ্যতে ধ্রুবম্ ॥ ৫.৫৭ ॥ (যঃ প্রমাণৈঃ)

যোগী পদ্মাসনে তিষ্ঠেৎকন্ঠকূপে যদা স্মরন্ ।
জিহ্বাং কৃশ্বা তালুমূলে ক্ষুৎপিপাসা নিবর্ততে ॥ ৫.৫৮ ॥

কন্ঠকূপাদধঃস্থানে কূর্মনাড্যস্তি শোভনা ।
তস্মিন্ যোগী মনো দম্বা চিত্তৈশ্বর্যং লভেদ্ব্রশম্ ॥ ৫.৫৯ ॥

শিরঃ কপালে রুদ্রাঙ্ক বিবরং চিত্তয়েদ্যদা । রুদ্রাঙ্কং
তদা জ্যোতিঃ প্রকাশঃ স্যাদ্বিদ্যুৎপুঞ্জসমপ্রভঃ ॥ ৫.৬০ ॥

এতচ্ছিত্তনমাত্রং পাপানাং সঙ্ক্ষয়ো ভবেৎ ।
দুরাচারোহপি পুরুষো লভতে পরমং পদম্ ॥ ৫.৬১ ॥

অহর্নিশং যদা চিন্ত্যং তৎকরোতি বিচক্ষণঃ ।
সিদ্ধানাং দর্শনং তস্য ভাষণঞ্চ ভবেদধ্রুবম্ ॥ ৫.৬২ ॥

তিষ্ঠন্ গচ্ছন্ স্বপন্ ভুঞ্জন্ ধ্যায়েচ্ছূন্যমহর্নিশম্ ।
তদাকাশময়ো যোগী চিদাকাশে বিলীয়তে ॥ ৫.৬৩ ॥

এতত্তত্ত্বানং সদা কার্যং যোগিনা সিদ্ধিমিচ্ছতা । (কায়)
নিরন্তরকৃত্যভ্যাসান্মম তুল্যো ভবেদধ্রুবম্ ।
এতত্তত্ত্বানবলাদ্যোগী সর্বেষাং বল্লভো ভবেৎ ॥ ৫.৬৪ ॥

সর্বান্ ভূতান্ জয়ং কৃশ্বা নিরাশীরপরিগ্রহঃ ।
নাসাগ্রে দৃশ্যতে যেন পদ্মাসনগতেন বৈ ।
মনসো মরণং তস্য খেচরস্বং প্রসিদ্ধ্যতি ॥ ৫.৬৫ ॥

জ্যোতিঃ পশ্যতি যোগীন্দ্রঃ শুদ্ধং শুদ্ধাচলোপমম্ ।
তত্রাভ্যাসবলেনৈব স্বয়ং তদ্রক্ষকো ভবেৎ ॥ ৫.৬৬ ॥

উত্তানশয়নে ভূমৌ সুপ্ত্বা ধ্যায়ন্নিরন্তরম্ ।
সদ্যঃ শ্রমবিনাশায় স্বয়ং যোগী বিচক্ষণঃ ॥ ৫.৬৭ ॥

শিরঃ পশ্চাত্তু ভাগস্য ধ্যানে মৃত্যুঞ্জয়ো ভবেৎ ।
ক্রমধ্যে দৃষ্টিমাত্রং হ্যপরঃ পরিকীর্তিতঃ ॥ ৫.৬৮ ॥

চতুর্বিধস্য চান্নস্য রসস্ত্রেধা বিভজ্যতে ।
তত্র সারতমো লিঙ্গদেহস্য পরিপোষকঃ ॥ ৫.৬৯ ॥

সম্প্রধাতুময়ং পিণ্ডমেতি পুষ্ণাতি মধ্যগঃ ।
যাতি বিপ্লুগ্রূপেণ তৃতীয়ঃ সম্প্রতো বহিঃ ॥ ৫.৭০ ॥

আদ্যভাগ দ্বয়ং নাড্যঃ প্রোক্তাস্তাঃ সকলা অপি ।
পোষয়ন্তি বপূৰ্বায়ুমাপাদতলমস্তকম্ ॥ ৫.৭১ ॥

নাডীভিরাভিঃ সৰ্বাভিৰ্বায়ুঃ সঞ্চরতে যদা ।
তদৈবান্নরসো দেহে সাম্যেনেহ প্রবর্ততে ॥ ৫.৭২ ॥

চতুর্দশানাং তদ্রেহ ব্যাপারে মুখ্যভাগতঃ ।
তা অনুগ্রহস্বহীনাশ্চ প্রাণসঞ্চারনাডিকাঃ ॥ ৫.৭৩ ॥

গুদাঙ্গয়ঙ্গুলতশ্চোৰ্ধ্বং মেঢ়ৈকাস্থূলতস্থধঃ ।
এবঞ্চাস্তি সমং কন্দং সমতা চতুরঙ্গুলম্ ॥ ৫.৭৪ ॥ (সমতাচ্চতুরঙ্গুলম্)

পশ্চিমাভিমুখীঃ যোনিগুদমেড্রান্তরালগা ।
তত্র কন্দং সমাখ্যাতে তত্রাস্তি কুণ্ডলী সদা ॥ ৫.৭৫ ॥

সংবেষ্ট্য সকলা নাডীঃ সাদ্ধ্বত্রিকুটলাকৃতিঃ ।
মুখে নিবেশ্য সা পুচ্ছং সুমুষ্ণাবিবরে স্থিতা ॥ ৫.৭৬ ॥

সুপ্তা নাগোপমা হ্যেযা স্কুরন্তী প্রভয়া স্বয়া ।
অহিবৎসন্ধিসংস্থানা বাণ্দেরী বীজসংক্রান্তকা ॥ ৫.৭৭ ॥

জ্ঞেয়া শক্তিরিয়ং বিষ্ণোৰ্নির্মলা স্বর্ণভাস্বরী ।
সস্বং রজস্তমশ্চেতি গুণত্রয়প্রসূতিকা ॥ ৫.৭৮ ॥

তত্র বন্ধুকপুষ্পাভং কামবীজং প্রকীর্তিতম্ ।
কলহেমসমং যোগে প্রযুক্তাফররূপিণম্ ॥ ৫.৭৯ ॥

সুমুষ্ণাপি চ সংল্লিষ্টা বীজং তত্র বরং স্থিতম্ ।
শরচ্ছন্দ্রনিভং তেজস্বয়মেতৎ স্কুরং স্থিতম্ ॥ ৫.৮০ ॥

সূর্যকোটীপ্রতীকাশং চন্দ্রকোটীসুশীতলম্ ।
এতপ্রয়ং মিলিষ্বেব দেবী ত্রিপুরভৈরবী ।
বীজসংক্রান্তং পরং তেজস্তদেব পরিকীর্তিতম্ ॥ ৫.৮১ ॥

ক্রিয়াবিশ্তানশক্তিভ্যাং যুতং যৎ পরিতো ভ্রমৎ ।
উত্তিষ্ঠদ্বিশতস্বস্তঃ সূক্ষ্মং শোণশিখায়ুতম্ ।
যোনিস্থং তৎপরং তেজঃ স্বয়ঙ্মূলিসংক্রান্তম্ ॥ ৫.৮২ ॥

আধারপদ্মমেতদ্ধি যোনির্যস্যাস্তি কন্দতঃ ।
পরিষ্কুরদ্বাদিসান্তচতুর্বর্ণং চতুর্দলম্ ॥ ৫.৮৩ ॥

কুলাভিধং সুবর্ণাভং স্বয়ঙ্মূলিসঙ্গতম্ ।
দ্বিরণ্ডো যত্র সিদ্ধোহস্তু ডাকিনী যত্র দেবতা ॥ ৫.৮৪ ॥

তৎপদ্মমধ্যগা যোনিস্তত্র কুণ্ডলিনী স্থিতা ।
তস্যা উর্ধ্বে স্কুরতেজঃ কামবীজং ভ্রমন্ততম্ ॥ ৫.৮৫ ॥

যঃ কৰোতি সদা ধ্যানং মূলাধাৰে বিচক্ষণঃ ।
তস্য স্যাৎদাৰ্দ্ৰী সিদ্ধিৰ্ভূমিত্যাগক্ৰমেণ বৈ ॥ ৫.৮৬ ॥

বপুষঃ কান্তিৰূপকৃষ্টা জঠরাগ্নিবিবৰ্ধনম্ ।
আৰোগ্যঞ্চ পটুত্বঞ্চ সৰ্বগুণত্বঞ্চ জায়তে ॥ ৫.৮৭ ॥

ভূতং ভব্যং ভবিষ্যচ্চ বেত্তি সৰ্বং সকারণম্ । (ভবিষ্যত্বাৎ)
অশ্রুতান্যপি শাস্ত্ৰাণি সরহস্যং বদেদধ্ৰুবম্ ॥ ৫.৮৮ ॥ (ভবেদধ্ৰুবম্)

বক্তে সরস্বতী দেবী সদা নৃত্যতি নিৰ্ভরম্ ।
মল্লসিদ্ধিৰ্ভবেতস্য জপাদেব ন সংশয়ঃ ॥ ৫.৮৯ ॥

জরামরণদুঃখৌঘান্নাশয়তি গুরোৰ্ভচঃ ।
ইদং ধ্যানং সদা কাৰ্যং পবনাভ্যাসিনা পরম্ ।
ধ্যানমাত্ৰেণ যোগীন্দ্রো মুচ্যতে সৰ্বকিৰ্লিষাৎ ॥ ৫.৯০ ॥ (সৰ্বকিৰ্লিষাৎ)

মূলপদ্মং যদা ধ্যায়েদ্যোগী স্বয়ম্ভুলিঙ্গকম্ ।
তদা তৎক্ষণমাত্ৰেণ পাপৌঘং নাশয়েদধ্ৰুবম্ ॥ ৫.৯১ ॥

যং যং কাময়তে চিত্তে তং তং ফলমবাপ্নুয়াৎ ।
নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাতং পশ্যতি বিমুক্তিদম্ ॥ ৫.৯২ ॥

বহিৰভ্যন্তরে শ্ৰেষ্ঠং পূজনীয়ং প্রয়ত্ততঃ ।
ততঃ শ্ৰেষ্ঠতমং হ্যেতন্নান্যদস্তু মতং মম ॥ ৫.৯৩ ॥

আত্মসংস্থং শিবং ত্যক্ত্বা বহিঃস্থং যঃ সমর্চয়েৎ ।
হস্তস্বং পিণ্ডমুৎসৃজ্য ভ্রমতে জীবিতাশয়া ॥ ৫.৯৪ ॥

আত্মলিঙ্গার্চনং কুর্যাদনালস্যং দিনে দিনে ।
তস্য স্যাৎসকলা সিদ্ধিৰ্মাত্র কাৰ্যা বিচাৰণা ॥ ৫.৯৫ ॥

নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাৎ ষণ্মাসৈঃ সিদ্ধিমাপ্নুয়াৎ । (নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাৎ ষণ্মাসৈঃ)
তস্য বায়ুপ্রবেশোহপি সুসুক্ষ্ময়ান্তবেদধ্ৰুবম্ ॥ ৫.৯৬ ॥

মনোজয়ঞ্চ লভতে বায়ুবিন্দুবিধারণাম্ । (বায়ুবিন্দুবিধারণাৎ)
ঐহিকামুখিকীসিদ্ধিৰ্ভবেন্নৈবাত্র সংশয়ঃ ॥ ৫.৯৭ ॥

স্বাধিষ্ঠানচক্ৰবিবৰণম্ ।
দ্বিতীয়ন্ত সৰোজঞ্চ লিঙ্গমূলে ব্যবস্থিতম্ ।
বাদিলান্তং চ ষড়্ধৰ্গং পরিভাস্বরষড্দলম্ ॥ ৫.৯৮ ॥

স্বাধিষ্ঠানাভিধং তত্ত্ব পঞ্চজং শোণরূপকম্ ।
বাণাথ্যো যত্র সিদ্ধোহস্তু দেবী যত্রাস্তু রাকিণী ॥ ৫.৯৯ ॥

যো ধ্যায়তি সদা দিব্যং স্বাধিষ্ঠানাবিন্দকম্ ।
তস্য কামাঙ্গনাঃ সৰ্বা ভজন্তে কামমোহিতাঃ ॥ ৫.১০০ ॥

বিবিধাশ্রুতং শাস্ত্ৰং নিঃশঙ্কো বৈ বদেদধ্ৰুবম্ ।

সর্বরোগবিনির্মুক্তো লোকে চরতি নির্ভয়ঃ ॥ ৫.১০১ ॥

মরণং খাদ্যতে তেন স কেনাপি ন খাদ্যতে ।
তস্য স্যাৎপরমা সিদ্ধিরগ্নিমাদিগুণপ্রদা ॥ ৫.১০২ ॥

বায়ুঃ সঞ্চরতে দেহে রসবৃদ্ধিৰ্ভবেদক্ষুবম্ ।
আকাশপঙ্কজগলং পীযুষমপি বর্দ্ধতে ॥ ৫.১০৩ ॥

মণিপূরচক্রবিবরণম্ ।
তৃতীয়ং পঙ্কজং নাভৌ মণিপূরকসংস্কৃতকম্ ।
দশারণাদিফাল্গুণং শোভিতং হেমবর্ণকম্ ॥ ৫.১০৪ ॥

রুদ্রাখ্যে যত্র সিদ্ধোহস্তি সর্বমঙ্গলদায়কঃ ।
তত্রস্থা লাকিনী নাম্নী দেবী পরমধার্মিকা ॥ ৫.১০৫ ॥

তস্মিন্ ধ্যানং সদা যোগী কৰোতি মণিপূরকে ।
তস্য পাতালসিদ্ধিঃ স্যান্নিরন্তরসুখাবহা ॥ ৫.১০৬ ॥

ঐন্দ্রিতঞ্চ ভবেল্লোকে দুঃখরোগবিনাশনম্ ।
কালস্য বঞ্চনঞ্চাপি পরদেহপ্রবেশনম্ ॥ ৫.১০৭ ॥

জাম্বুনাদিকরণং সিদ্ধানাং দর্শনং ভবেৎ ।
ওষধীদর্শনঞ্চাপি নিধীনাং দর্শনং ভবেৎ ॥ ৫.১০৮ ॥

অনাহতচক্রবিবরণম্ ।
হৃদয়েহনাহতং নাম চতুর্থং পঙ্কজং ভবেৎ ।
কাদিঠাণ্ডার্নসংস্থানং দ্বাদশারসমন্বিতম্ ।
অতিশোণং বায়ুবীজং প্রসাদস্থানমীরিতম্ ॥ ৫.১০৯ ॥

পদ্মস্থং তৎপরং তেজো বাণলিঙ্গং প্রকীর্তিতম্ ।
যস্য স্মরণমাত্রেন দৃষ্টাদৃষ্টফলং লভেৎ ॥ ৫.১১০ ॥

সিদ্ধাঃ পিনাকী যত্রাস্তে কাকিনী যত্র দেবতা ।
এতস্মিন্মততং ধ্যানং হৃৎপাথোজে কৰোতি যঃ ।
ক্ষুভ্যন্তে তস্য কান্তা বৈ কামার্তা দিব্যযোষিতঃ ॥ ৫.১১১ ॥

জ্ঞানঞ্চাপ্রতিমং তস্য ত্রিকালবিষয়ম্ভবেৎ ।
দূরশ্রুতিদূরদৃষ্টিঃ স্বেচ্ছয়া খগতাং ব্রজেৎ ॥ ৫.১১২ ॥

সিদ্ধানাং দর্শনঞ্চাপি যোগিনী দর্শনং তথা ।
ভবেৎখেচরসিদ্ধিশ্চ খেচরাণাং জয়ন্তথা ॥ ৫.১১৩ ॥

যো ধ্যায়তি পরং নিত্যং বাণলিঙ্গং দ্বিতীয়কম্ ।
খেচরী ভূচরী সিদ্ধিৰ্ভবেতস্য ন সংশয়ঃ ॥ ৫.১১৪ ॥

এতদ্ব্যানস্য মাহাত্ম্যং কথিতুং নৈব শক্যতে ।
ব্রহ্মাদ্যাঃ সকলা দেবা গোপয়ন্তি পরস্ত্ৰিদম্ ॥ ৫.১১৫ ॥

বিশুদ্ধচক্রবিবরণম্ ।

কণ্ঠস্থানস্থিতং পদ্মং বিশুদ্ধং নামপঞ্চমম্ ।

সুহেমাভং স্বরোপেতং ষোড়শস্বরসংযুতম্ ।

ছগলাগোহস্তি সিদ্ধোহত্র শাকিনী চাধিদেবতা ॥ ৫.১১৬ ॥

ধ্যানং কৰোতি যো নিত্যং স যোগীশ্বরপণ্ডিতঃ ।

কিঞ্চস্য যোগিনোহন্যত্র বিশুদ্ধাখ্যে সরোরুহে ।

চতুর্বেদা বিভাসন্তে সরহস্য নিধিরিব ॥ ৫.১১৭ ॥

ইহ স্থানে স্থিতো যোগী যদা ক্রোধবশো ভবেৎ ।

তদা সমস্তং ত্রৈলোক্যং কম্পতে নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৫.১১৮ ॥

ইহ স্থানে মনো यस্য দৈবাদ্যাতি লয়ং যদা ।

তদা বাহ্যং পরিত্যজ্য স্বান্তরে রমতে ধ্রুবম্ ॥ ৫.১১৯ ॥

তস্য ন ক্ষতিমায়াতি স্বশরীরস্য শক্তিতঃ ।

সংবৎসরসহস্রৈঃপি বজ্রাতিকঠিনস্য বৈ ॥ ৫.১২০ ॥

যদা ত্যজতি তদ্ব্যানং যোগীন্দ্রোহবনিমণ্ডলে ।

তদা বর্ষসহস্রাণি মন্যতে তৎক্ষণং কৃতী ॥ ৫.১২১ ॥

আঞ্জাচক্রবিবরণম্ ।

আঞ্জাপদ্মং ব্রুবোর্মধ্যে হক্ষোপেতং দ্বিপত্রকম্ ।

শুক্রাভং তন্মহাকালঃ সিদ্ধো দেবত্র হাকিনী ॥ ৫.১২২ ॥

শরচ্ছন্দনিভং তত্রাক্ষরবীজং বিজৃম্বিতম্ ।

পূমান্ পরমহংসোহয়ং যজ্ঞস্তাস্মা নাবসীদতি ॥ ৫.১২৩ ॥

এতদেব পরন্তোজঃ সর্বতন্ত্ৰেষু মন্ত্রিণঃ । (তত্র দেবঃ)

চিহ্নয়িত্বা পরাং সিদ্ধিং লভতে নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৫.১২৪ ॥

তুরীয়ং ত্রিতয়ং লিঙ্গং তদাহং মুক্তিদায়কং ।

ধ্যানমাত্রেন যোগীন্দ্রো মৎসমো ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ৫.১২৫ ॥

ইডা হি পিঙ্গলা খ্যাতা বরণাসীতি হোচ্যতে ।

বারাণসী তয়োর্মধ্যে বিশ্বনাথোহত্র ভাষিতঃ ॥ ৫.১২৬ ॥

এতৎক্ষেত্রস্য মাহাত্ম্যমৃষিভিস্তদ্বদর্শিতঃ ।

শান্ত্রেষু বহুধা প্রোক্তং পরং তস্মৈ সুভাষিতম্ ॥ ৫.১২৭ ॥

সুসুক্ষ্মা মেরুণা যাতা ব্রহ্মরন্ধ্রং যতোহস্তি বৈ ।

ততশ্চৈষা পরাবৃত্য তদাজ্ঞাপদ্মদক্ষিণে । (পরাবৃত্য)

বামনাসাপুটং যাতি গঙ্গেতি পরিগীয়তে ॥ ৫.১২৮ ॥

ব্রহ্মরন্ধ্রে হি যৎপদ্মং সহস্রারং ব্যবস্থিতম্ ।

তত্র কন্দেহি যা যোনিস্তস্য চন্দ্রো ব্যবস্থিতঃ ॥ ৫.১২৯ ॥

ত্রিকোণাকারতন্তুস্যাঃ সুধা ক্ষরতি সন্ততম্ ।

ইডায়ামমৃতং তত্র সমং প্রবতি চন্দ্রমাঃ ॥ ৫.১৩০ ॥

অমৃতং বহতি দ্বারা ধারারূপং নিরন্তরম্ ।
বামনাসাপুটং যাতি গঙ্গেতু্যক্তা হি যোগিভিঃ ॥ ৫.১৩১ ॥

আস্ত্রাপঙ্কজদক্ষাংসাদ্বামনাসাপুটস্ততা ।
উদঘহেতি তদ্রেডা গঙ্গেতি সমুদাহতা ॥ ৫.১৩২ ॥ (বরণা)

ততো দ্বয়মিহ মধ্যে তু বারাগসীতি চিন্তয়েৎ । (দ্বয়োর্হি)
তদাকারা পিঙ্গলাপি তদাস্ত্রাকমলোত্তরে । (তদাস্ত্রাকমলান্তরে)
দক্ষনাসাপুটে যাতি প্রোক্তাস্মাভিরসীতি বৈ ॥ ৫.১৩৩ ॥

মূলাধারে হি যৎপদ্মং চতুষ্পত্রং ব্যবস্থিতম্ । (চতুষ্পত্র)
তত্র কন্দেহস্তি যা যোনিস্তস্যং সূর্যো ব্যবস্থিতঃ ॥ ৫.১৩৪ ॥ (তত্র মধ্যোহি)

তৎসূর্যমণ্ডলদ্বারং বিষং ক্ষরতি সন্ততম্ । (তৎসূর্যমণ্ডলদ্বারাদ্বিঃ)
পিঙ্গলায়াং বিষং তত্র সমর্থয়তি তাপনঃ ॥ ৫.১৩৫ ॥ (সমর্থয়তি)

বিষং তত্র বহন্তী যা ধারারূপং নিরন্তরম্ ।
দক্ষনাসাপুটে যাতি কল্পিতেয়ন্ত পূর্ববৎ ॥ ৫.১৩৬ ॥

আস্ত্রাপঙ্কজবামাস্যাদক্ষনাসাপুটং গতা ।
উদঘহা পিঙ্গলাপি পুরাসীতি প্রকীর্তিতা ॥ ৫.১৩৭ ॥

আস্ত্রাপদ্মমিদং প্রোক্তং যত্র দেবো মহেশ্বরঃ ।
পীঠত্রয়ং ততশ্চোৰ্ধ্বং নিরুক্তং যোগচিন্তকৈঃ ।
তদ্বিন্দুনা দশত্যাখ্যং ভালপদ্মে ব্যবস্থিতম্ ॥ ৫.১৩৮ ॥

যঃ কৰোতি সদাধ্যানমাস্ত্রাপদ্মস্য গোপিতম্ ।
পূর্বজন্মকৃতং কৰ্ম বিনশ্যেদবিৰোধতঃ ॥ ৫.১৩৯ ॥

ইহ স্থিতে যদা যোগী ধ্যানং কুর্যান্নিরন্তরম্ । (সদা)
তদা কৰোতি প্রতিমাং প্রতিজাপমনর্থবৎ ॥ ৫.১৪০ ॥

যক্ষরাক্ষসগন্ধৰ্বা অপসরোগণকিন্নরাঃ ।
সেবন্তে চরণৌ তস্য সৰ্বে তস্য বশানুগাঃ ॥ ৫.১৪১ ॥

কৰোতি রসনাং যোগী প্রবিষ্টাং বিপরীতগাম্ ।
লম্বিকোৰ্ধ্বেষু গর্তেষু ধ্বজা ধ্যানং ভয়াপহম্ ॥ ৫.১৪২ ॥

অস্মিন্ স্থানে মনো যস্য ক্ষণাৰ্ধং বর্ততেহচলম্ ।
তস্য সৰ্বাণি পাপানি সঙ্ক্ষয়ং যান্তি তৎক্ষণাৎ ॥ ৫.১৪৩ ॥

যানি যানীহ প্রোক্তানি পঞ্চপদ্মে ফলানি বৈ । (যানি যানি হি)
তানি সৰ্বাণি সুতরামেতত্তত্তানান্দ্রবন্তি হি ॥ ৫.১৪৪ ॥

যঃ কৰোতি সদাভ্যাসমাস্ত্রা পদ্মে বিচক্ষণঃ ।
বাসনায়া মহাবন্ধং তিরস্কৃত্য প্রমোদতে ॥ ৫.১৪৫ ॥

প্রাণপ্রয়াণসময়ে তৎপদ্মং যঃ স্মরন্তুধীঃ ।
ত্যজেৎপ্রাণং স ধর্মাত্মা পরমাত্মনি লীয়তে ॥ ৫.১৪৬ ॥

তিষ্ঠন্ গচ্ছন্ স্বপন্ জাগ্রৎ যো ধ্যানং কুরুতে নরঃ ।
পাপকর্মবিকূর্বাণো নহি মজ্জতি কিঞ্চিষে ॥ ৫.১৪৭ ॥ (কিঞ্চিষে)

রাজযোগাধিকারী স্যাদেতচ্চিন্তনতো ধ্রুবম্ ।
যোগী বন্ধাদ্বিনির্মুক্তঃ স্বীয়য়া প্রভয়া স্বয়ম্ ॥ ৫.১৪৮ ॥

দ্বিদলধ্যানমাহাত্ম্যং কথিতুং নৈব শক্যতে ।
ব্রহ্মাদিদেবতাস্চৈব কিঞ্চিন্মত্তো বিদন্তি তে ॥ ৫.১৪৯ ॥

সহস্রারচক্রকথনম্ ।
অত উর্ধ্বং তালুমূলে সহস্রারং সরোরুহম্ ।
অস্তি যত্র সুসুক্ষ্মায়া মূলং সবিবরং স্থিতম্ ॥ ৫.১৫০ ॥

তালুমূলে সুসুক্ষ্মাস্য অধোবক্তা প্রবর্ততে ।
মূলাধারেণ যোন্যন্তাঃ সর্বনাড্যঃ সমাপ্রিতাঃ । (যোন্যস্তাঃ)
তা বীজভূতাস্তদ্ব্যস্য ব্রহ্মমার্গপ্রদায়িকাঃ ॥ ৫.১৫১ ॥

তালুস্থানে চ যৎপদ্মং সহস্রারং পুরোদিতম্ ।
তৎকন্দে যোনিরেকাস্তি পশ্চিমাভিমুখী মতা ॥ ৫.১৫২ ॥

তস্য মধ্যে সুসুক্ষ্মায়া মূলং সবিবরং স্থিতম্ । (তস্যা)
ব্রহ্মরক্তং তদেবোক্তমামূলাধারপঙ্কজম্ ॥ ৫.১৫৩ ॥ (ব্রহ্মরক্ত)

তত্রান্তরন্ধ্রে চিহ্নক্তিঃ সুসুক্ষ্মা কুণ্ডলী সদা ॥ ৫.১৫৪ ॥ (তত্রান্তরন্ধ্রে / ততস্তদ্বন্ধ্রে) (তচ্ছক্তিঃ)

সুসুক্ষ্মায়াং স্থিতা নাডী চিত্রা স্যান্মম বল্লভে । (সুসুক্ষ্মায়াং সদা শক্তিশ্চিত্রা)
তস্যং মম মতে কার্যা ব্রহ্মরক্তাদিকল্পনা ॥ ৫.১৫৫ ॥

যস্যঃ স্মরণমাত্রেন ব্রহ্মজ্ঞত্বং প্রজায়তে ।
পাপক্ষয়শ্চ ভবতি ন ভূয়ঃ পুরুষো ভবেৎ ॥ ৫.১৫৬ ॥

প্রবেশিতং চলাঙ্গুষ্ঠং মুখে স্বস্য নিবেশয়েৎ ।
তেনাত্র ন বহত্যেব দেহচারী সমীরণঃ ॥ ৫.১৫৭ ॥ (বহত্যেব)

তেন সংসারচক্রেহস্মিন্ ভ্রমন্তে চ সর্বদা । (ভ্রমতীত্যেব সর্বদা)
তদর্থং যে প্রবর্তন্তে যোগীনঃ প্রাণধারণে ॥ ৫.১৫৮ ॥

তত এবাখিলা নাডী নিরুদ্ধা চাষ্টবেষ্টনম্ । (নিরুদ্ধা)
ইয়ং কুণ্ডলিনী শক্তিী রক্তং ত্যজতি নান্যথা ॥ ৫.১৫৯ ॥

যদা পূর্ণাসু নাডীষু সন্নিরুদ্ধানিলাস্তদা ।
বন্ধত্যাগেন কুণ্ডল্যা মুখং রক্তাদ্বহির্ভবেৎ ।
সুসুক্ষ্মায়াং সদৈবায়ং বহেৎপ্রাণসমীরণঃ ॥ ৫.১৬০ ॥

মূলপদ্মস্থিতা যোনির্বামদক্ষিণকোণতঃ ।
ইডাপিঙ্গলয়োর্মধ্যে সুসুক্ষ্মা যোনিমধ্যগা ॥ ৫.১৬১ ॥

ব্রহ্মরক্তকৃত্ত তত্রৈব সুসুক্ষ্মাধারমণ্ডলে ।
যো জানাতি স মুক্তঃ স্যাৎকর্মবন্ধাদ্বিচক্ষণঃ ॥ ৫.১৬২ ॥

ব্রহ্মরক্তমুখে তাসাং সঙ্গমঃ স্যাদসংশয়ঃ ।
তস্মিন্স্থানে স্নাতকানাং মুক্তিঃ স্যাদবিরোধতঃ ॥ ৫.১৬৩ ॥

গঙ্গায়মুনয়োর্মধ্যে বহত্যেযা সরস্বতী ।
তাসাক্ত সঙ্গমে স্নাত্বা ধন্যো যাতি পরাঙ্গতিম্ ॥ ৫.১৬৪ ॥

ইডা গঙ্গা পুরা প্রোক্তা পিঙ্গলা চার্কপুত্রিকা ।
মধ্যা সরস্বতী প্রোক্তা তাসাং সঙ্গোহতিদূর্লভঃ ॥ ৫.১৬৫ ॥

সিতাসিতে সঙ্গমে যো মনসা স্নানমাচরেৎ ।
সর্বপাপবিনির্মুক্তো যাতি ব্রহ্ম সনাতনম্ ॥ ৫.১৬৬ ॥

ত্রিবেণ্যং সঙ্গমে যো বৈ পিতৃকর্ম সমাচরেৎ ।
তারয়িষ্বা পিতৃন্মর্বার্স যাতি পরমাং গতিম্ ॥ ৫.১৬৭ ॥

নিত্যং নৈমিত্তিকং কাম্যং প্রত্যহং যঃ সমাচরেৎ । (নিত্য)
মনসা চিত্তয়িষ্বা তু সোহক্ষয়ং ফলমাপ্নুয়াৎ ॥ ৫.১৬৮ ॥

সকৃদ্যঃ কুরুতে স্নানং স্বর্গো সৌখ্যং ভুনক্তি সঃ । (স্বর্গে)
দক্ষা পাপানশেষান্নৈ যোগী শুদ্ধমতিঃ স্বয়ম্ ॥ ৫.১৬৯ ॥

অপবিত্রঃ পবিত্রো বা সর্বাবস্থাং গতোহপি বা ।
স্নানাচরণমাত্রেন পুতো ভবতি নান্যথা ॥ ৫.১৭০ ॥

মৃত্যুকালে ক্লতং দেহং ত্রিবেণ্যঃ সলিলে যদা ।
বিচিন্ত্য যন্ত্যজেৎপ্রাণান্স তদা মোক্ষমাপ্নুয়াৎ ॥ ৫.১৭১ ॥

নাভঃপরতরং গুহ্যং ত্রিশূ লোকেষু বিদ্যতে ।
গোপ্তব্যং তৎপ্রয়জ্ঞেন ন ব্যাখ্যেয়ং কদাচন ॥ ৫.১৭২ ॥

ব্রহ্মরক্ত মনো দ্বা স্ফুর্গাধং যদি তিষ্ঠতি ।
সর্বপাপবিনির্মুক্তঃ স যাতি পরমাং গতিম্ ॥ ৫.১৭৩ ॥

অস্মিনলীনং মনো যস্য স যোগী ময়ি লীয়তে ।
অগ্নিমাদিগুণান্ভুক্তা স্বেচ্ছয়া পুরুষোত্তমঃ ॥ ৫.১৭৪ ॥

এতদ্রক্তাধ্যানমাত্রেন মর্ত্যঃ সংসারেহস্মিন্স্থলভো মে ভবেৎসঃ ।
পাপাঙ্গিষ্বা মুক্তিমার্গাধিকারী স্তানং দ্বা তারয়ত্যদ্বুতং বৈ ॥ ৫.১৭৫ ॥

চতুর্মুখাদিগ্রিদশৈরগম্যং যোগিবল্লভম্ ।
প্রয়জ্ঞেন সুগোপ্যং তদ্রক্তরক্তং ময়োদিতম্ ॥ ৫.১৭৬ ॥

পূরা ময়োক্তা যা যোনিঃ সহস্রারে সরোরুহে ।
তস্যাহধো বর্ততে চন্দ্রস্তদ্ধ্যানং ক্রিয়তে বুদ্ধৈঃ ॥ ৫.১৭৭ ॥ (তস্যাহধো)

যস্য স্মরণমাত্রেন যোগীন্দ্রোহবনিমগ্নে ।
পূজ্যো ভবতি দেবানাং সিদ্ধানাং সম্মতো ভবেৎ ॥ ৫.১৭৮ ॥

শিরঃকপালবিবরে ধ্যায়েদুক্ষমহোদধিम् ।
তত্র স্থিষ্বা সহস্রারে পদ্মে চন্দ্রং বিচিন্তয়েৎ ॥ ৫.১৭৯ ॥

শিরঃকপালবিবরে দ্বিরষ্টকলয়া যুতঃ ।
পীযুষভানুহংসাখ্যং ভাবয়েতং নিরঞ্জনম্ ॥ ৫.১৮০ ॥

নিরন্তরকৃত্যভ্যাসাদ্রিদিনে পশ্যতি ধ্রুবম্ ।
দৃষ্টিমাত্রেন পাপৌঘং দহত্যেব স সাধকঃ ॥ ৫.১৮১ ॥

অনাগতঞ্চ স্মুরতি চিত্তশুদ্ধিৰ্ভবেৎথলু ।
সদ্যঃ কৃষ্ণাপি দহতি মহাপাতকপঞ্চকম্ ॥ ৫.১৮২ ॥

আনুকূল্যং গ্রহা যান্তি সৰ্বে নশ্যন্ত্যপদ্রবাঃ ।
উপসর্গাঃ শমং যান্তি যুদ্ধে জয়মবাপ্নুয়াৎ ॥ ৫.১৮৩ ॥

খেচরীভূচরীসিদ্ধিৰ্ভবেৎক্ষীরেন্দুদর্শনাৎ ।
ধ্যানাদেবভবেৎসর্বং নাত্র কার্য বিচারণা ॥ ৫.১৮৪ ॥ (কার্যা)

সন্ততাভ্যাসযোগেন সিদ্ধো ভবতি মানবঃ । (সততাভ্যাসযোগেন)
সত্যং সত্যং পুনঃ সত্যং মম তুল্যো ভবেদধ্রুবম্ ।
যোগশাস্ত্রং চ পরমং যোগিনাং সিদ্ধিদায়কম্ ॥ ৫.১৮৫ ॥ (যোগশাস্ত্রেহপ্যভিরতং)

রাজযোগকথনম্ ।
অত উর্ধ্বং দিব্যরূপং সহস্রারং সরোরুহম্ ।
ব্রহ্মাণ্ডাখ্যস্য দেহস্য বাহ্যে তিষ্ঠতি মুক্তিদম্ ॥ ৫.১৮৬ ॥

কৈলাসো নাম তস্যৈব মহেশো যত্র তিষ্ঠতি ।
অকুলাখ্যোহবিনাশী চ ক্ষয়বৃদ্ধিবিবর্জিতঃ ॥ ৫.১৮৭ ॥ (নকুলাখ্যোহবিনাশী)

স্থানস্যস্য জ্ঞানমাত্রেন নৃণাং, সংসারেহস্মিন্মন্ত্রবো নৈব ভূয়ঃ ।
ভূতগ্রামং সন্ততাভ্যাসযোগাৎকর্তুং হর্তুং স্যাচ্চ শক্তিঃ সমগ্রাঃ ॥ ৫.১৮৮ ॥ (সমগ্রা)

স্থানে পরে হংসনিবাসভূতে, কৈলাসনাক্ষীহ নিবিষ্টচেতাঃ ।
যোগী হুতব্যাধিরধঃ কৃতাধির্বাযুশ্চিরঞ্জীজীবতি মৃত্যুমুক্তঃ ॥ ৫.১৮৯ ॥ (কৃতাধিবরাযুশ্চিরং জীবতি)

চিত্তবৃতিৰ্যদা লীনা কুলাখ্যে পরমেশ্বরে ।
তদা সমাধিসাম্যেন যোগী নিশ্চলতাং ব্রজেৎ ॥ ৫.১৯০ ॥

নিরন্তরকৃতে ধ্যানে জগদ্বিস্মরণং ভবেৎ ।
তদা বিচিত্রসামর্থ্যং যোগিনো ভবতি ধ্রুবম্ ॥ ৫.১৯১ ॥

তস্মাদ্ললিতপীযুষং পিবেদ্যোগী নিরন্তরম্ ।

মৃত্যোর্মৃত্যুং বিধায়াশু কুলং জিহ্বা সরোরুহে ॥ ৫.১৯২ ॥

অত্র কুণ্ডলিনীশক্তির্লয়ং যাতি কুলাভিধা ।
তদা চতুর্বিধা সৃষ্টিলীয়েতে পরমাত্মনি ॥ ৫.১৯৩ ॥

যজ্ঞোহা প্রাপ্য বিষয়ং চিত্তবৃত্তির্বিলীয়তে ।
তস্মিন্‌পরিশ্রমং যোগী কৰোতি নিরপেক্ষকঃ ॥ ৫.১৯৪ ॥

চিত্তবৃত্তিদালীনা তস্মিন্‌ যোগী ভবেদঙ্ঘ্রবম্ ।
তদা বিজ্ঞায়তেহথগুজ্ঞানরূপো নিরঞ্জনঃ ॥ ৫.১৯৫ ॥

ব্রহ্মাণ্ডবাহ্যে সঞ্চিন্ত্য স্বপ্রতীকং যথোদিতম্ ।
তমাবেশ্য মহচ্ছূন্যং চিন্তয়েদবিরোধতঃ ॥ ৫.১৯৬ ॥

আদ্যন্তমধ্যশূন্যং তৎকোটীসূর্যসমপ্রভম্ ।
চন্দ্রকোটীপ্রতীকাশমভ্যস্য সিদ্ধিমাণ্ডুয়াৎ ॥ ৫.১৯৭ ॥

এতদ্ব্যানং সদা কুর্যাদনালস্যং দিনে দিনে ।
তস্য স্যাৎসকলা সিদ্ধির্বৎসরান্নাত্র সংশয়ঃ ॥ ৫.১৯৮ ॥

ক্ষণাৰ্দ্ধং নিশ্চলং তত্র মনো যস্য ভবেদঙ্ঘ্রবম্ । (ক্ষণাৰ্দ্ধং)
স এব যোগী সদ্ভক্তঃ সর্বলোকেষু পূজিতঃ ।
তস্য কল্মষসম্ভ্রাতস্তৎক্ষণাদেব নশ্যতি ॥ ৫.১৯৯ ॥

যং দৃষ্ট্বা ন প্রবর্তন্তে মৃত্যুসংসারবর্জানি ।
অভ্যসেতুং প্রয়জ্জেন স্বাধিষ্ঠানেন বহ্নীনা ॥ ৫.২০০ ॥

এতদ্ব্যানস্য মাহাত্ম্যং ময়া বক্তুং ন শক্যতে ।
যঃ সাধয়তি জানাতি সোহস্মাকমপি সন্মতম্ ॥ ৫.২০১ ॥ (সন্মতঃ)

ধ্যানাদেব বিজানাতি বিচিত্রেফলসম্ভবম্ ।
অগ্নিমাদিগুণোপেতো ভবত্যেব ন সংশয়ঃ ॥ ৫.২০২ ॥

রাজাধিরাজযোগকথনম্ ।
রাজযোগো ময়াখ্যাতঃ সর্বতন্ত্রেষু গোপিতঃ ।
রাজাধিরাজযোগোহয়ং কথয়ামি সমাসতঃ ॥ ৫.২০৩ ॥

স্বস্তিকঙ্কাসনং কৃৎস্বা সুমৰ্ঠে জন্তুবর্জিতে ।
গুরুং সম্পূজ্য যজ্জেন ধ্যানমেতৎসমাচরেৎ ॥ ৫.২০৪ ॥

নিরালম্বং ভবেজ্জীবং জ্ঞানো বেদান্তমুক্তিতঃ ।
নিরালম্বং মনঃ কৃৎস্বা ন কিঞ্চিচ্চিন্তয়েৎসুধীঃ ॥ ৫.২০৫ ॥

এতদ্ব্যানান্মহাসিদ্ধিৰ্ভবত্যেব ন সংশয়ঃ ।
বৃত্তিহীনং মনঃ কৃৎস্বা পূর্ণরূপং স্বয়ং ভবেৎ ॥ ৫.২০৬ ॥

সাধয়েৎসততং যো বৈ স যোগী বিগতস্পৃহঃ ।
অহঙ্কাম ন কোপ্যস্তি সর্বদাত্মৈব বিদ্যতে ॥ ৫.২০৭ ॥

কো বন্ধঃ কস্য বা মোক্ষ একং পশ্যেৎসদা হি সঃ ।
এতংকরোতি যো নিত্যং স মুক্তো নাত্র সংশয়ঃ ।
স এব যোগী সন্তুঃ সর্বলোকেষু পূজিতঃ ॥ ৫.২০৮ ॥

অহমস্মীতি যন্মহা জীবাত্মপরমাত্মনোঃ ।
অহং স্বমেতদুভয়ং ত্যক্তাথগুং বিচিন্তয়েৎ ॥ ৫.২০৯ ॥

অধ্যারোপাপবাদাত্ম্যং যত্র সর্বং বিলীয়তে ।
তদ্বীজমাশ্রয়েদ্যোগী সর্বসঙ্গবিবর্জিতঃ ॥ ৫.২১০ ॥

অপরোক্ষং চিদানন্দং পূর্ণং ত্যক্তা ব্রমাকূলাঃ ।
পরোক্ষং চাপরোক্ষং চ কৃশা মূঢ়া ব্রমন্তি বৈ ॥ ৫.২১১ ॥

চরাচরমিদং বিশ্বং পরোক্ষং যঃ করোতি চ ।
অপরোক্ষং পরং ব্রহ্ম ত্যক্তং তস্মিনপ্রলীয়তে ॥ ৫.২১২ ॥

জ্ঞানকারণমজ্ঞানং যথা নোৎপদ্যতে ভূশম্ ।
অভ্যাসং কুরুতে যোগী সদা সঙ্গবিবর্জিতম্ ॥ ৫.২১৩ ॥

সর্বেন্দ্রিয়ানি সংযম্য বিষয়েভ্যো বিচক্ষণঃ ।
বিষয়েভ্যঃ সুশুশ্রুত্বৈব তিষ্ঠেৎসঙ্গবিবর্জিতঃ ॥ ৫.২১৪ ॥

এবমভ্যাসতো নিত্যং স্বপ্রকাশং প্রকাশতে । (এবমভ্যাসতো)
শ্রোতুং বুদ্ধিসমর্থার্থং নিবর্তন্তে গুরোর্গিরঃ ।
তদভ্যাসবশাদেকং স্বতো জ্ঞানং প্রবর্ততে ॥ ৫.২১৫ ॥

যতো বাচ্যো নিবর্তন্তে অপ্রাপ্য মনসা সহ ।
সাধনাদমলং জ্ঞানং স্বয়ং স্ফুরতি তদধ্ববম্ ॥ ৫.২১৬ ॥

হঠং বিনা রাজযোগো রাজযোগং বিনা হঠঃ ।
তস্মাৎপ্রবর্ততে যোগী হঠে সঙ্গুরুমার্গতঃ ॥ ৫.২১৭ ॥

স্থিতে দেহে জীবতি চ যোগং ন প্রিয়তে ভূশম্ ।
ইন্দ্রিয়ার্থোপভোগেষু স জীবতি ন সংশয়ঃ ॥ ৫.২১৮ ॥

অভ্যাসপাকপর্যন্তং মিতান্নংস্মরণং ভবেৎ ।
অন্যথা সাধনং ধীমানকর্তুং পারয়তীহ ন ॥ ৫.২১৯ ॥

অতীবসাধুসংলাপং সাধুসম্মতিবুদ্ধিমান্ ।
করোতি পিণ্ডরক্ষার্থং বহ্নালাপবিবর্জিতঃ ॥ ৫.২২০ ॥

ত্যাগ্যতে ত্যজ্যতে সঙ্গং সর্বথা ত্যজ্যতে ভূশম্ । (ত্যাগ্যতে ত্যজ্যতে)
অন্যথা ন লভেৎসুখিত্বং সত্যং সত্যং ময়োদিতম্ ॥ ৫.২২১ ॥

গৃহ্যেব ক্রিয়তেহভ্যাসঃ সঙ্গং ত্যক্তা তদন্তরে । (গৃহ্যেব)
ব্যবহারায় কর্তব্যো বাহ্যসঙ্গো ন রাগতঃ ॥ ৫.২২২ ॥ (বাহ্যসঙ্গানুরাগতঃ)

স্বৈ স্বৈ কর্মণি বর্তন্তে সৰ্বে তে কর্মসম্বাঃ ।
নিমিত্তমাত্রং করণে ন দোষোহস্তি কদাচন ॥ ৫.২২৩ ॥

এবং নিশ্চিত্য সুধিয়া গৃহস্থোহপি যদাচরেৎ ।
তদা সিদ্ধিমবাশ্নোতি নাত্র কার্যা বিচারণা ॥ ৫.২২৪ ॥

পাপপুণ্যবিনিমুক্তঃ পরিত্যক্তাপসাধকঃ ।
যো ভবেৎস বিমুক্তঃ স্যাচ্ছহে তিষ্ঠন্মদা গৃহী ॥ ৫.২২৫ ॥

ন পাপপুণ্যৈর্লিপ্যেত যোগযুক্তো যদা গৃহী । (সদা)
কুর্বন্নপি তদা পাপান্বকার্যে লোকসংগ্রহে ॥ ৫.২২৬ ॥

মন্ত্রসাধনকথনম্ ।
অধুনা সম্প্রবক্ষ্যামি মন্ত্রসাধনমুত্তমম্ ।
ঐহিকামুখিকসুখং যেন স্যাদবিরোধতঃ ॥ ৫.২২৭ ॥

যস্মিন্মন্ত্রবরে জ্ঞাতে যোগসিদ্ধির্ভবেৎখলু । (যস্মিন্মন্ত্রে বরে)
যোগেন সাধকেন্দ্রস্য সর্বৈশ্বর্যেসুখপ্রদা ॥ ৫.২২৮ ॥

মূলাধারেহস্তি যৎপদ্মং চতুর্দলসমম্বিতম্ ।
তন্মধ্যে বাগ্ভবং বীজং বিষ্ণুরন্তং তডিৎপ্রভম্ ॥ ৫.২২৯ ॥

হৃদয়ে কামবীজন্ত বন্ধুকুসুমপ্রভম্ ।
আঞ্জারবিন্দে শক্ত্যাখ্যং চন্দ্রকোটিসমপ্রভম্ ॥ ৫.২৩০ ॥

বীজত্রয়মিদং গোপ্যং ভুক্তিমুক্তিফলপ্রদম্ ।
এতন্মন্ত্রত্রয়ং যোগী সাধয়েৎসিদ্ধিসাধকঃ ॥ ৫.২৩১ ॥

এতন্মন্ত্রং গুরোলঙ্কা ন দ্রুতং ন বিলম্বিতম্ ।
অক্ষরাক্ষরসঙ্কানং নিঃসন্ধিমনা অপেৎ ॥ ৫.২৩২ ॥

তদ্ব্রতশ্চৈকচিত্তশ্চ শাস্ত্রোক্তবিধিনা সুধীঃ ।
দেব্যাস্ত পুরতো লক্ষং হুত্বা লক্ষত্রয়ং অপেৎ ॥ ৫.২৩৩ ॥

করবীরপ্রসূনন্ত গুডক্ষীরাজ্যসংযুতম্ ।
কুণ্ডে যোন্যাক্তো ধীমাজপান্তে জুহুয়াৎসুধীঃ ॥ ৫.২৩৪ ॥ (যোন্যাক্তে)

অনুষ্ঠানে কৃতে ধীমানপূর্বসেবা কৃতা ভবেৎ ।
ততো দদাতি কামাশ্বে দেবী ত্রিপুরভৈরবী ॥ ৫.২৩৫ ॥

গুরুং সন্তোষ্য বিধিবল্লঙ্কা মন্ত্রবরোত্তমম্ ।
অনেন বিধিনা যুক্তো মন্দভাগ্যোহপি সিদ্ধ্যতি ॥ ৫.২৩৬ ॥

লক্ষমেকং অপেদ্যন্তু সাধকো বিজিতেন্দ্রিয়ঃ ।
দর্শনাওস্য ক্ষুভ্যন্তে যোষিতো মদনাতুরাঃ ।
পতন্তি সাধকস্যাগ্রে নির্লজ্জা ভয়বর্জিতাঃ ॥ ৫.২৩৭ ॥

জপ্তেন চ দ্বিলক্ষেন যে যস্মিন্মিশ্রয়ে স্থিতাঃ ।

আগচ্ছন্তি যথাভীৰ্হং বিমুক্তকুলবিগ্রহাঃ ।
সৰ্বস্বং তস্য দদতি তসৈব চ বশে স্থিতাঃ ॥ ৫.২৩৮ ॥ (দদতি তস্য সৰ্বস্বং)

ত্রিভিলক্ষৈস্তথাজপৈর্মণ্ডলীকং সমণ্ডলম্ ।
(ত্রিভিলক্ষৈস্তথাজপৈর্মণ্ডলীকাঃ সমণ্ডলাঃ ।)
বশমায়ান্তি তে সৰ্বে নাত্র কাৰ্যা বিচাৰণা ।
ষড়্ভিলক্ষৈর্মহীপালং সত্ত্বত্ববলবাহনম্ ॥ ৫.২৩৯ ॥

লক্ষৈর্দ্বাদশভির্জপৈর্যক্ষরক্ষোরগেশ্বরাঃ ।
বশমায়ান্তি তে সৰ্বে আঞ্জাং কুৰ্বন্তি নিত্যশঃ ॥ ৫.২৪০ ॥

ত্রিপঞ্চলক্ষজপৈস্তু সাধকেন্দ্রস্য ধীমতঃ ।
সিদ্ধবিদ্যাধরাশ্চৈব গন্ধৰ্বাপ্সরসাপ্সাণাঃ ॥ ৫.২৪১ ॥

বশমায়ান্তি তে সৰ্বে নাত্র কাৰ্যা বিচাৰণা ।
হঠাচ্ছবণবিজ্ঞানং সৰ্বজ্ঞস্বং প্রজায়তে ॥ ৫.২৪২ ॥

তথাষ্টাদশভিলক্ষৈর্দেহেনানেন সাধকঃ ।
উত্তিষ্ঠেন্নৈদিনীং ত্যক্তা দিব্যদেহস্ত জায়তে ।
ব্রহ্মতে স্বেচ্ছয়া লোকে ছিদ্ৰাং পশ্যতি মেদিনীম্ ॥ ৫.২৪৩ ॥

অষ্টাবিংশতিভিলক্ষৈর্বিদ্যাধরপতিভবেৎ ।
সাধকস্ত ভবেদ্ধীমানকামরূপো মহাবলঃ ॥ ৫.২৪৪ ॥

ত্রিংশলক্ষৈস্তথাজপৈর্ব্রহ্মবিষ্ণুসমো ভবেৎ ।
রুদ্রস্বং ষষ্টিভিলক্ষৈরমরত্বমশীতিভিঃ ॥ ৫.২৪৫ ॥

কোট্যেকয়া মহায়োগী লীয়তে পরমে পদে ।
সাধকস্ত ভবেদ্যোগী ত্রৈলোক্যে সোহতিদূৰ্লভঃ ॥ ৫.২৪৬ ॥

শিবসংহিতাফলকথনম্ ।
ত্রিপুৰে ত্রিপুৰলোকং শিবং পরমকাৰণম্ ।
অক্ষয়ং তৎপদং শান্তমপ্রমেয়মনাময়ম্ ॥ ৫.২৪৭ ॥

লভতেহসৌ ন সন্দেহো ধীমান্সৰ্বমভীপ্সিতম্ ।
শিববিদ্যা মহাবিদ্যা গুপ্তা চাগ্রে মহেশ্বরী ॥ ৫.২৪৮ ॥

মদ্ভাষিতমিদং শাস্ত্রঙ্গোপনীয়মতৌবুধৈঃ ।
হঠবিদ্যা পরং গোপ্যা যোগিনা সিদ্ধিমিচ্ছতা ॥ ৫.২৪৯ ॥

ভবেদ্বীৰ্যবতী গুপ্তা নিবীৰ্যা চ প্রকাশিতা ।
য ইদং পঠতে নিত্যমাদ্যোপান্তং বিচক্ষণঃ ॥ ৫.২৫০ ॥

যোগসিদ্ধিৰ্ভবেতস্য ক্রমেণৈব ন সংশয়ঃ ।
স মোক্ষং লভতে ধীমান্য ইদং নিত্যমর্চয়েৎ ॥ ৫.২৫১ ॥

মোক্ষার্থিত্যশ্চ সৰ্বেভ্যঃ সাধুভ্যঃ শ্রাবয়েদপি ।
ক্রিয়াকৃত্যস্য সিদ্ধিঃ স্যাৎক্রিয়স্য কথঞ্চিৎবেৎ ॥ ৫.২৫২ ॥

তস্মাৎক্রিয়াবিধানেন কর্তব্য্য যোগিপুঙ্গবৈঃ ।
যদৃচ্ছালাভসম্ভূতঃ সন্ত্যক্তান্তরঙ্গকঃ ॥ ৫.২৫৩ ॥

গৃহস্থশ্চাপ্যনাসক্তঃ স মুক্তো যোগসাধনাং ।
গৃহস্থানাং ভবেৎসিদ্ধিরীশ্বরানাং জপেন বৈ ।
যোগক্রিয়াভিযুক্তানাং তস্মাৎসংযততে গৃহী ॥ ৫.২৫৪ ॥

গেহে স্থিহ্মা পুত্রদারাদিপূর্ণঃ
সঙ্গং ত্যক্তা চান্তরে যোগমার্গে ।
সিদ্ধে চিহ্নং বীক্ষ্য পশ্চাদ্গৃহস্থঃ (সিদ্ধেচ্চিহ্নং)
ক্ৰীডেৎসং বৈ সম্মতং সাধয়িহ্মা ॥ ৫.২৫৫ ॥ (ক্ৰীডেৎসো)

ইতি শ্রীশিবসংহিতায়াং হরগৌরীসংবাদে যোগশাস্ত্রে
পঞ্চমপটলঃ সমাপ্তঃ । ৫।

ইতি শুভম্ ।